

**MANIFESTACIONES DE LA CONSCIENCIA CORPÓREA DESDE UNA  
PROPUESTA PEDAGÓGICA ORIENTADA HACIA LAS Y LOS  
ESTUDIANTES DEL CURSO TAEKWONDO RECREATIVO DEL  
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA DE LA UNIVERSIDAD DEL  
CAUCA**

**AUTOR  
WILMAR ORDÓÑEZ BASTIDAS**

**TRABAJO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN  
EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA  
RECREACIÓN Y DEPORTE**

**DIRECTOR  
MG. JORGE ALBERTO ORTIZ VIVAS**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA  
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN  
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE  
POPAYÁN  
2007**

**MANIFESTACIONES DE LA CONSCIENCIA CORPÓREA DESDE UNA  
PROPUESTA PEDAGÓGICA ORIENTADA HACIA LAS Y LOS  
ESTUDIANTES DEL CURSO TAEKWONDO RECREATIVO DEL  
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA DE LA UNIVERSIDAD DEL  
CAUCA**

**AUTOR  
WILMAR ORDÓÑEZ BASTIDAS**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA  
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN  
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE  
POPAYÁN  
2007**

Nota de Aceptación

---

---

---

---

---

---

Mg. Jorge Alberto Ortiz Vivas

---

Esp. Pedro Aníbal Yanza Mera

---

Esp. Jesús María Pinillos

Fecha de Sustentación: Popayán 9 de Octubre de 2007

## **DEDICATORIA**

A mi Dios por la vida, por brindarme toda la potencialidad humana que hay en mí; a mi mamá, Dora Elisa Bastidas y mi hermana Jhanet, que me acompañan siempre en cada paso que doy, que me han apoyado incondicionalmente en los momentos de perderle y ganarle al existir humano; se que cada reto que me proponga, estarán allí con su amor y su fuerza de voluntad para ayudarme.

Con aprecio:

Wilmar Ordóñez Bastidas

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecerle a mi Dios por estar siendo en el mundo con la vida que me ha proporcionado; a mi director de trabajo de grado Jorge Alberto Ortiz Vivas, que posibilitó todo un crecimiento en mi, como persona, como profesional, e investigador; que su orientación y motivación fue importante en el desarrollo de este reto de transformación pedagógica y personal; también a cada persona que estuvo a mi alrededor, familiares, profesores, amigos, compañeros, que incidieron en mi proceso de formación en toda mi carrera.

## RESUMEN

En la actualidad muchas Instituciones de Educación Superior están replanteando el modelo deportivado que históricamente ha hecho carrera en la orientación del desarrollo físico, psico-afectivo, espiritual y social de los estudiantes el ámbito de su Bienestar; es así como se está implementando una visión de sujeto más Humanista, que posibilite desde allí insertar contenidos educativos e indagar su intención pedagógica, evidenciando las manifestaciones del sentir, el pensar, y el actuar, de los estudiantes, dentro del entretrejo de relaciones consigo mismo, con los otros, con el medio social y ambiental, que evidenciaron la consciencia corpórea.

Por ende este desarrollo investigativo correspondió a un proceso de indagación desde una intervención pedagógica realizado en el programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, que se propuso visibilizar las manifestaciones de la consciencia corpórea de las y los estudiantes que cursaron Taekwondo re-Creativo. Para la recuperación del proceso se optó por utilizar la Sistematización de Experiencias en una primera instancia, que se puede entender como la reflexión, comprensión y comunicación de una práctica de una realidad social; en segundo momento se guió por un proceso de análisis, interpretación y comprensión de la realidad desde la teoría fundamentada.

Así, el trabajo consta en primera parte de la, Problemática, Propósitos, Justificación, , Antecedentes, Referentes Conceptuales, es decir todo un flujo de constructos teóricos que dieron los fundamentos conceptuales para la realización de la Investigación; también se muestra el contexto, en la cual se da el desarrollo de la propuesta Pedagógica y su indagación, que es la Educación Superior, haciendo un recorrido a nivel nacional, local y exponiendo la Universidad del Cauca y su Programa Actividad Física Formativa, así mismo se aborda el Diseño Metodológico que se orienta desde los paradigmas cualitativos, desde la Sistematización de Experiencias que es en su esencia

crítica-flexible, y además de la teoría fundamentada como estrategia metodológica para descubrir la realidad social.

En la segunda parte se presenta el desenvolvimiento del problema que se aborda de manera interpretativa la realidad vivenciada por los actores de la experiencia Pedagógica, mostrándose los resultados, es decir el análisis, la comprensión y los hallazgos que surgieron.

Ya en su tercera parte se dejan entrever las reflexiones, posibles recomendaciones, el ensanchamiento de horizontes y lo anexos; que hacen referencia a los hallazgos encontrados, diversos conocimientos y aprendizajes que surgieron, y posteriormente los anexos de diversos documentos que se constituyeron fundamentales en el proceso investigativo.

## INTRODUCCIÓN

Se considera que la Educación como proceso social e histórico, debe posibilitar el desarrollo de las potencialidades del Ser Humano de una manera holística, para contribuir así con el buen desarrollo de su Bienestar. La Universidad, como toda institución de Educación Superior, centra su actividad en la Formación Integral de los colombianos, incluida en ella la formación científico académica de sus alumnos, en su tránsito para constituirse en profesionales en las distintas disciplinas y saberes y ciudadanos de la nación; en éste contexto la máxima aspiración de la Universidad, es formar no sólo profesionales que adquieran conocimientos y desarrollen habilidades y aptitudes que les permitan insertarse exitosamente en el campo laboral, sino que, también, se constituyan en hombres y mujeres comprometidos con los valores esenciales del “Ser Humano”.

La Actividad Física Formativa como programa del área de desarrollo personal de los estudiantes, hace parte de un espacio Académico que constituyó la Universidad del Cauca en su currículo transversal, para ayudar a propiciar su formación humana y social de sus educandos. La acción de éste programa se centra en la formación de los educandos que se da como parte del conjunto de actividades que orientan las Universidades en función del desarrollo físico, psico-afectivo, espiritual y social de los estudiantes.

En tal sentido éste proyecto se planteó investigar si desde una Propuesta Pedagógica (ver anexo 1) se manifiesta la consciencia corpórea de las y los estudiantes que cursan TAE KWONDO re-Creativo en el programa Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca, con el fin de presentar caminos que ayuden a la reflexión e indagación de las prácticas formativas que desde el programa Actividad Física Formativa, la Universidad promueve.



Esta propuesta Investigativa correspondió a un proceso sistemático, de reflexión y comprensión, dado por el orientador de la práctica pedagógica, quien a la vez visibilizó desde el proceso de investigación el impacto que tenía dicha propuesta en la consciencia corpórea en los educandos involucrados en los cursos de Taekwondo re-Creativo del Programa Actividad Física Formativa, provocando así, la exploración de diversas manifestaciones y significados humanos que nutrieron a los educandos en sus múltiples dimensiones y en esta medida provocó la configuración de su consciencia corpórea, haciendo frente al esquema de fragmentación humana que vive nuestra sociedad.

En tal perspectiva, fue de beneficio para los diversos actores, educandos-profesor, en sus formas de ser en el mundo subjetiva e intersubjetivamente, aportando desde diversos ambientes y experiencias humanas a la Formación Integral.

Del mismo modo se puede decir que se fortificó los procesos de reflexión que se llevan a cabo en el Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, puesto que se deja entrever que dentro de su práctica pedagógica realizada en los cursos de Taekwondo re-Creativo se desarrollaron con un sentido vital para la vida de las y sus estudiantes.

## **CAPÍTULO 1**

### **1. PROBLEMATICA**

La Educación como proceso social e histórico debe posibilitar que los Seres Humanos mejoren sus condiciones de bienestar, contribuyendo así con el buen desarrollo de sus capacidades. Además se considera que la Educación en general y la Universidad en particular, tienen la misión de reforzar valores como los Derechos Humanos, la democracia, la solidaridad y la cohesión social, la equidad de género, el respeto a la diversidad étnica y cultural, o la sostenibilidad ambiental y la afirmación de memorias y proyectos históricos en pro del Desarrollo Social.

La Universidad del Cauca, como toda Institución de Educación Superior, profundiza en la Formación Integral de los Colombianos dentro de las modalidades y calidades de la Educación Superior, capacitándolos para cumplir las funciones profesionales, investigativas y de servicio social que requiere el país; lo cual, la aspiración de la Universidad es formar no sólo profesionales que adquieran conocimientos y desarrollen habilidades y aptitudes que le permitan insertarse exitosamente en el campo laboral , sino que, también se constituyan en hombres y mujeres comprometidos con los valores esenciales del “ser humano”.

Por tal motivo ella, “la Universidad del Cauca”, debe fomentar espacios que no sólo generen relación de pertinencia académica, sino también generen sentido de pertenencia con la Institución y a la vez permitir la plena potencialidad de toda su complejidad de los estudiantes como Seres Humanos. Es decir no buscar solamente la preparación de talentos o profesionales para el desarrollo del consumo social, sino también impulsar en el ser humano, el reconocimiento de sí mismo, como ser que siente, piensa, actúa, sufre, llora, pero que también

ría, expresa, comunica; es promover su reflexión y crítica como sujeto y como comunidad ante los procesos educativos.

La Universidad recurre al campo del Bienestar Universitario, entendido el bienestar como mecanismo de satisfacción de necesidades, para buscar el pleno desarrollo de su Comunidad Universitaria, que son la vida de la institución, y que está constituida por la parte administrativa, docentes, y estudiantes. En la actualidad a nivel institucional, el concepto de Bienestar Universitario gira en torno a tres componentes que hacen parte de su esencia por decirlo así, que son: Calidad de Vida, Comunidad Educativa, y Formación Integral, y los espacios institucionales donde se entretajan estos actores son: la División de Salud Integral, de Comunicaciones, de Patrimonio Cultural y de Deporte y Recreación.

En la actualidad muchas Instituciones de Educación Superior, entre ellas la Universidad del Cauca, están replanteando el modelo deportivizado que se viene dando en su área del Bienestar Universitario; es así como institucionalmente se está buscando implementar una visión de sujeto más Humanista. Esta nueva visión formativa posibilita insertar contenidos educativos transformadores que se conviertan en herramientas pedagógicas para potenciar el sentir, el pensar, y el actuar, de los estudiantes, dentro del entretajido de relaciones consigo mismo, con los otros y con el medio social y ambiental.

Ahora bien, la Universidad del Cauca consciente de la necesidad de enriquecer académicamente la Formación Integral, introdujo como área curricular transversal la Formación Personal de sus estudiantes. En tal sentido en esta área se configuró la Actividad Física Formativa como un espacio académico con el cual se busca propiciar el desarrollo personal de los estudiantes desde su Formación Integral y social en el campo de la Actividad Física, es decir éste

programa se presenta como medio para aportar al propósito de Formación Integral que pretende la Universidad.

Si se está de acuerdo que la Actividad Física es un complemento fundamental para el desarrollo de la corporeidad de los Universitarios, debido a que ésta es una acción que se realiza con Intencionalidad Formativa para que repercuta en la consciencia del sujeto, como persona particular y colectiva en su relación con el cosmos; entonces la mejora de las acciones de Bienestar para los estudiantes Universitarios sólo se puede generar a partir de la implementación de procesos pedagógicos intencionales adaptados en las diversas manifestaciones corpóreas que el programa Actividad Física ofrece para sus educandos.

En éste contexto surge la urgente necesidad de pensar y generar una propuesta investigativa, de reflexión y búsqueda de sentidos, en torno al manejo y orientación formativa que académicamente tiene una propuesta pedagógica en el curso Taekwondo re-Creativo en el Programa Actividad Física Formativa.

En tal sentido, el propósito de éste proyecto fue visibilizar si a partir de una propuesta pedagógica se manifiesta la consciencia corpórea de las y los estudiantes que cursan TAE KWONDO re-Creativo en el programa Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca, con el fin de presentar caminos reflexivos desde las prácticas formativas que desde el área de la Actividad Física, la Universidad promueve.

Lo anterior en aras de enriquecer los procesos formativos que se suscitan académicamente desde el Programa Actividad Física Formativa, y así aportar a la Formación Integral de los educandos, debido a que éste cumple un papel

fundamental dentro de la visión formadora que busca la Universidad del Cauca para sus estudiantes y egresados.

De esta manera éste proceso investigativo se encaminó a contribuir en la visibilización de nuevos sentidos y significados que adquieren las prácticas pedagógicas en la Formación Integral de las y los estudiantes que cursan el programa de Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca. Uno de esos sentidos es evidenciar cuáles son las manifestaciones de la consciencia corpórea de las y los estudiantes inmersos en una propuesta pedagógica desde el curso Taekwondo re-Creativo.

De acuerdo a esto la investigación se centró en:

- La consciencia corpórea: como reconocimiento de sí mismo en aquí y en el ahora, como ser unidad multidimensional que se construye en relaciones dinámicas y complejas con sus semejantes, al igual que su medio ecocultural.

Que se abordó en la propuesta pedagógica desde el estímulo de:

- Las capacidades perceptivas, que son fundamentales en las experiencias de vida del ser humano, puesto que le permiten percibir su ser corpóreo de acuerdo al modo en que se da su interrelación con el otro y con el medio sociocultural. De acuerdo a la teoría existente, éstas pasan por unas etapas sensibles en las cuales el ser humano vive un proceso de descubrimiento, reconocimiento, afianzamiento y posteriormente se podría decir, de aplicación de dichas capacidades en torno a diversas actividades realizadas cotidianamente por los humanos.

En nuestro contexto, debido a los procesos formativos instrumentales que han introducido la Educación Física escolar o muchas veces por fuera del acto educativo, no ha permitido consolidar el buen desarrollo de dichas capacidades en el ser Humano; es decir no se ha posibilitado un buen proceso pedagógico que permita el óptimo desarrollo de las mismas, como esenciales en la conexión con los otros y el mundo para construirse sujeto-corpóreo.

De esta manera cuando los educandos ingresan a la Universidad estos procesos no consolidados dificultan el pleno desarrollo de su Formación Integral, fin de la Educación Superior, y posteriormente se reflejan en la relación que establecen los estudiantes consigo mismo, con la otredad y el mundo.

## **2. PROPÓSITOS**

### **2.1 GENERALES:**

- Visibilizar las manifestaciones de la consciencia corpórea que experimentan las y los estudiantes desde el desarrollo de una propuesta pedagógica orientada hacia las capacidades perceptivas en el curso Taekwondo re-Creativo del Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca.

### **2.2 ESPECÍFICOS:**

- Implementar una propuesta pedagógica orientada hacia las capacidades perceptivas de las y los estudiantes de los cursos de Taekwondo re-Creativo del Programa Actividad Física Formativa.
- Identificar las expresiones de consciencia corpórea que tienen las y los estudiantes desde el desarrollo de la Propuesta Pedagógica.
- Interpretar el significado de las expresiones de consciencia corpórea que exteriorizan las y los estudiantes.

### 3. JUSTIFICACIÓN

Dentro de la Formación del ser humano se considera importante propiciar la consciencia de su ser corpóreo, puesto que de ésta manera él descubre diversas herramientas personales y colectivas, las cuales lo puedan orientar hacia la obra de su Humanización, permitiéndole que se desenvuelva armónicamente y transforme constructivamente sus contextos de pertenencia.

Para ello, es pertinente que los nuevos orientadores de las prácticas pedagógicas, se asuman como sujetos reflexivos, al indagar sobre sus acciones educativas, que le permitan posicionarse en su rol como educador y enriquecer su formación y la de las y los estudiantes, tanto personal y profesional en el área de la Actividad Física. En este sentido el nuevo educador debe posicionarse críticamente en su realidad social de ser orientador dentro de la relación enseñanza-aprendizaje con sus educandos, tomando consciencia de su rol como cuerpo-sujeto transformador y poder proponer nuevas prácticas pedagógicas y con ello visibilizar el impacto que adquieren para los estudiantes dichas innovaciones pedagógicas.

Así, el Programa Actividad Física Formativa, como espacio académico de la Universidad del Cauca, es un proceso nuevo que se consolida día a día con el apoyo de la Motricidad Humana, el cual en sus contenidos programáticos permite la entrada de los contenidos del Deporte re-Creativo, la Recreación, las Actividades Artísticas, Estéticas, entre otras.

En la actualidad en éste programa no hay propuestas de investigación que posibiliten el develamiento de la consciencia corpórea de las y los estudiantes desde sus vivencias en las prácticas formativas, y permitan dejar ver en ellos nuevas y significativas sensaciones de su ser, que les revelen dimensiones



inexploradas de sí mismos y además les permitan asumir su importancia en aras a la trascendencia de ellos mismos como seres Humanos dentro de su ser microcosmos, la otredad, y el cosmos.

De ahí la necesidad de implementar mecanismos Investigativos que posibiliten indagar sobre las prácticas formativas que experimentan las y los estudiantes que cursan el Programa Actividad Física Formativa, específicamente los inscritos a los cursos de Taekwondo re-Creativo, visibilizando la incidencia que tiene la práctica pedagógica en las manifestaciones de la consciencia corpórea, como base esencial de las transformaciones formativas que propicia la educación y en particular la Universidad en el área de formación personal.

Por ende esta investigación se justificó en los siguientes aspectos:

Esta propuesta fue pertinente puesto que amplió el campo de Acción Pedagógica investigativa del Programa Actividad Física Formativa, contribuyendo a redimensionar sus enfoques, metodologías y sus contenidos. Además asumió como eje fundamental en la propuesta pedagógica las Capacidades Perceptivas, mostrando que los procesos formativos del ser humano pueden trabajarse desde una acción pedagógica intencional centrada en el ser humano con el fin de que los estudiantes encuentren sentido a los procesos formativos que busca la Actividad Física para la vida entera.

Su innovación consistió en el desarrollo de procesos mancomunados entre una intervención pedagógica y un proceso de visibilización investigativa que permitió develar la capacidad del educador como sujeto crítico-reflexivo de su práctica pedagógica, que posibilitó la expresión por parte de los estudiantes de su ser complejo, como personas en su contexto determinado.

Finalmente, el aporte de esta investigación servirá para promover nuevas propuestas pedagógicas y en ellas la parte investigativa, que aporten a los procesos Formativos del Programa Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca, al igual que ayudar a solidifica el papel transformador que adelanta el Departamento de Educación Física Recreación y Deporte.

#### **4. ANTECEDENTES**

Los siguientes antecedentes permiten conocer que a nivel internacional, Nacional y local se han desarrollado investigaciones y propuestas pedagógicas desde el campo de educación superior y más aun en lo que compromete el ámbito de la Actividad Física, el Deporte y la Recreación. El indagar a cerca de estos antecedentes se muestra claramente que todos giran entorno a estudios cualitativos de carácter deportivo, entendiendo este último como el espacio de práctica de una modalidad deportiva reglamentado, buscando siempre el mejoramiento de su rendimiento, la técnica y la táctica.

En la mayoría de los antecedentes la concepción de deporte esta cambiando paulatinamente por el de Actividad Física Formativa al tener este término una mayor cobertura sobre las actividades realizadas por el ser humano; caracterizándose los estudiantes que inician su carrera Universitarias con los pensamientos sobre el termino deporte con resultados físicos producido por venir de escuelas donde el termino de competencia aun es tratado con frecuencia.

También se encuentra sobre las posiciones que toman los estudiantes ante el desarrollo o práctica de una Actividad Física como, los requerimientos en el programa para solo realizarlo por obligación académica, también la libertad que adquieren los estudiantes al asumir con responsabilidad la práctica de las Actividades Físicas, siendo esto un objetivo cumplido en un proceso de Formación Integral.

En otros antecedentes se puede apreciar que aún se continúan las investigaciones cuantitativas y solo se miran la acciones y el resultados.

Siendo estos los antecedentes que más pueden aportar para el desenvolvimiento de esta investigación; se denota un vacío teórico, al no visibilizarse alguna investigación desde la indagación de un fenómeno desde una Propuesta Pedagógica en un Programa de Actividad Física y menos indagando sobre los procesos de consciencia corpórea en las y los estudiantes.

### **Internacional.**

- Pavón, Moreno, Gutiérrez, y Sicilia, realizaron una investigación cuantitativa denominada “**Opiniones de los estudiantes universitarios sobre los programas físico-deportivos**”, con el objetivo de “realizar un análisis de las opiniones de los estudiantes de las Universidades de Murcia, Valencia y Almería, sobre los programas físico-deportivos ofertados por su Universidad”. Con una muestra de 801 estudiantes universitarios. En la investigación encontraron que de todos los alumnos universitarios analizados, el 49,7% considera insuficientes las instalaciones que proporciona su Universidad, mientras que el 30,3% sí las encuentra suficientes, a pesar de que el 20% restante no sabe/no contesta. En el análisis de las opiniones, se pudo comprobar que la mayoría no se sienten satisfechos con la oferta universitaria, a pesar de valorar positivamente la importancia de la Educación Física y el deporte, de manera que, cuanto mayor es el nivel de práctica, mayor es la insatisfacción con los programas e instalaciones universitarias.
- Del mismo modo Pavón, Moreno, Gutiérrez, y Sicilia, hicieron, una investigación cuantitativa denominada “**Perfil deportivo sociodemográfico del estudiante universitario**”. Con el objetivo de realizar un análisis de la situación de los estudiantes de las Universidades de Murcia, Valencia y Almería, a través de la descripción

de los aspectos sociodemográficos que configuran los perfiles del alumnado. En la investigación se encontró que, el 26.5% de la muestra confiesa ser no practicante frente al 73,5% que afirma practicar algún tipo de deporte, este alto porcentaje también se reflejó en las universidades, siendo un 83,6% para la Universidad de Valencia, 75,6% para Murcia y un 59,3% en la Universidad de Almería. Después de analizar el nivel de práctica de los estudiantes universitarios, se pudo comprobar que la mayoría de los alumnos declara participar en alguna actividad físico-deportiva (73,5%), existiendo una relación de dependencia entre la posesión de un mayor nivel de conocimientos, asociado a la adquisición de una titulación deportiva, y una percepción más positiva del nivel de ejecución, dentro de una actividad físico-deportiva. Otro aspecto importante es que la gran mayoría considera que la Universidad debe promocionar el deporte salud.

- Pavón, Moreno, Gutiérrez, y Sicilia, hicieron una investigación cuantitativa denominada **“La práctica físico-deportiva en la universidad”**. Cuyo objetivo principal consistió en analizar los motivos para la participación en actividades físico-deportivas de tres muestras representativas de los estudiantes de las Universidades de Murcia, Valencia y Almería, en función de edad y género. En la investigación se encontró que el factor “competición” en un 22,5%, supera otros ítems como “capacidad personal” que alcanza un 19,5%. Por otra parte la “aventura” en un porcentaje de 12,6%. El “hedonismo y la relación social”, comprenderá los motivos relacionados con los valores lúdicos y sociales de las actividades físicas, representando un porcentaje de varianza del 10,3%. El factor “forma física e imagen personal”, explicando un porcentaje de varianza del 9,1%. y, finalmente, la “salud médica” va a incluir los motivos vinculados con los efectos positivos del

ejercicio para la salud y la calidad de vida, explicando el 7,6% de la varianza total. Tras el análisis e interpretación de los datos se evidencio que los varones dan más importancia a aquellos aspectos relacionados con la competición, el hedonismo y las relaciones sociales, la capacidad personal y la aventura, mientras que las mujeres prefieren practicar actividades físico deportivas por motivos relacionados con la forma física, la imagen personal y la salud médica. Concluyendo que aparecen diferencias significativas entre los motivos de práctica, en función del género. Y además los estudiantes mas jóvenes (menores de 21 años) son quienes mayor importancia atribuyen a la competición, a compensar la inactividad física de las tareas cotidianas y a las capacidades personales, a la hora de practicar actividades físicas y deportivas.

### **Local.**

- Andrade y Muñoz en año de (1999) hicieron un estudio descriptivo denominado “Aptitud física: potencia aeróbica y potencia anaeróbica”, con el objetivo de establecer diferencias de aptitud física teniendo como parámetro las potencias aeróbica y anaeróbica entre estudiantes de cuarto semestre de la licenciatura en educación física, recreación y deporte y los estudiantes de primer semestre (deporte formativo) de la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación (FACENED) de la Universidad del Cauca. La cual concluye que: en la valoración de Aptitud Física de los dos grupos evaluados, se obtuvieron a través de los tests aplicados, mejores indicadores para el grupo de estudiantes de Educación Física con relación a los de Deporte Formativo.
- Cabezas, Castillo y Muñoz, en el año (2002) hicieron una investigación cualitativa denominada “Valoración de la composición corporal y la

capacidad de trabajo aeróbico de los estudiantes que cursan Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca”. Cuyo objetivo era establecer la relación existente entre composición corporal y la capacidad de trabajo aeróbico de los estudiantes que cursan Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca. En el estudio se pudo determinar que la población masculina presenta un mejor resultado en cuanto a la composición corporal y capacidad de trabajo aeróbico que la población femenina, sin llegar a ser excelente en ninguno de las dos cosas.

- Juan Carlos Ortega Sánchez en 1999 realizó una pasantía denominada “estrategias para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes de la corporación “UCICA” de la ciudad de Popayán, por medio de los deportes de Voleibol, fútbol, microfútbol, baloncesto, natación, patinaje, ping-pong y ciclomontañismo que tenia como objetivo lograr a través de la practica de diferentes disciplinas deportivas el aprovechamiento sano del tiempo libre, promoviendo el bienestar de la comunidad de UCICA, en especial de sus estudiantes. Concluyendo que el deporte en la universidad es una poderosa columna para el progreso social y el fortalecimiento integral de la ACT deportivo recreativo, competitivo, por esto es menester formarla, por que no solo le compete a la universidad la formulación académica de sus educandos; si no también, la preparación integral de sus alumnos y la reafirmación de su liderazgo social.
- Guillermo Arturo Benavides Gordillo en 2004 realizó una pasantía la cual trataba sobre una “propuesta metodológica para la enseñanza de la técnica en la disciplina de fútbol, a los estudiantes de I y II semestre de deportes formativo en la corporación universitaria Autónoma del Cauca que tenia como objetivo enseñar metodológicamente la técnica de fútbol

a los estudiantes de I y II semestre de deporte formativo en la corporación universitaria Autónoma del Cauca. Concluyendo que el trabajo realizado con los educados del I y II semestre de la Corporación Universitaria Autónoma del Cauca fue positivo porque se contó con las disposiciones tanto lógicas como humanas, de igual forma el interés que los estudiantes del I y II semestre que conforman el grupo.

Lo anterior deja entrever el vacío teórico sobre investigaciones hechas en los programas de Actividad Física en los contextos Universitarios. Se encuentra que en el programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca no se realizó investigación alguna que estén inmersas en Propuestas Pedagógicas y mucho menos en las manifestaciones de la conciencia corpórea que se dan desde un curso de Taekwondo re-Creativo. En tal sentido este trabajo de investigación cobra gran sentido innovativo para este contexto de la Educación Superior y su institución la Universidad del Cauca.



## 5. REFERENTES CONCEPTUALES

“Saber que enseñar no es transferir conocimientos, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción”

Paulo Freire

### 5.1. EDUCACIÓN Y ESCOLARIZACIÓN

Al entrar a explorar en un mundo tan amplio como es la educación del ser humano, se encuentra que ésta tiene gran incidencia en la adaptación del mismo ante la sociedad y más aún a lo largo de su humanización; vemos además que muchos científicos, filósofos, escritores, pensadores, pedagogos entre otros, dedican parte de su vida a estudiar, conocer, proponer, investigar y profundizar en éste campo buscando esclarecer en que consiste, ¿qué es?, cuales son sus fines y los aportes y/o beneficios que surgen para la transformación de la persona en bien de la sociedad.

Se considera importante empezar abordando el tema de la educación citando a Delors, (1996, p. 89) señalando que es, “un proceso que se da durante toda la vida del ser humano permitiéndole llaves de acceso a la sociedad y que responde al reto de un mundo que cambia rápidamente”. Es decir que es un proceso dialéctico que va desde el nacimiento al fin de la vida de cada ser humano, que comienza con el conocimiento de sí mismos y se va extendiendo a medida que nos vamos interrelacionando con los demás y con la sociedad; pero de igual forma tenemos como compromiso ante la sociedad dar aportes para el progreso y desarrollo de la misma en la que interactuamos, donde como sujetos nos involucramos con sus necesidades dando posibles soluciones y apuntando a las exigencias de la sociedad del conocimiento y dentro del marco del crecimiento cultural. Cabe recordar que como sujetos inconclusos por naturaleza estamos abiertos a los cambios, por la sencilla razón, de ser los

principales impulsores de estos; reiterando que siempre y cuando éstos aporten al medio en el cual aprehendemos.

Otro aspecto que se debe tener presente es que la educación es un proceso personal y colectivo, ya que los conocimientos y las prácticas estructuradas serán condicionadas según el comportamiento e interés en la sociedad; en pocas palabras el conocimiento es como las ramas de un árbol y nosotros escogemos si llegamos a la cima o no, de igual forma es el camino para llegar a la copa del árbol, entendiendo la copa no como un conocimiento supremo sino como la terminación de uno de los procesos de la educación.

Dentro de ese transcurso, el camino es largo y complicado, donde en cada paso que damos nos tropezamos con etapas que corresponden a la maduración constante de nuestra personalidad encontrando herramientas, medios y personas que contribuyen a alcanzar y realizar nuestras metas, fines y deseos en nuestra compleja relación con el mundo.

Es así como nuestros movimientos, costumbres, pensamientos y comportamientos son adquiridos progresivamente del medio cultural convirtiéndose en un proceso personalizado y que se va estructurando paulatinamente de acuerdo a la interacción social, familiar y del entorno donde convivimos; logramos entender entonces, que la sociedad influye en gran parte en la educación del ser educado porque son los conocimientos y las actividades que están en ella las que brindan la posibilidad de interactuar y conocer, siendo la sociedad o mejor dicho las sociedades las que hacen de forma constante e inherente éste proceso; también no se debe olvidar la naturaleza del conocimiento y la práctica. No somos los primeros ni los últimos, entonces se puede decir que absorbemos la educación de generaciones anteriores, la procesamos y somos transformadores en el presente y que

aportamos para el desarrollo en el futuro. Así se encuentran aspectos principales en todo el proceso educativo, sea en el pasado en el presente o futuro, que se pueden resumir en las praxis y lexis.

Es de saber que los primeros pilares de la educación se encuentran en el núcleo familiar, que es ahí donde se fundamentan y enriquecen los conocimientos básicos, técnicos, prácticos y afectivos que son esenciales en cada persona y parte de la construcción personal, que luego se van complementando y conjugando con las enseñanzas, orientaciones y formaciones de la escuela; espacios que permiten la socialización e interrelación con las demás personas y la comunidad a parte del núcleo familiar.

Ahora bien, la educación en sí interviene en el sujeto adaptándolo a patrones socioculturales determinados por la sociedad; haciendo alusión a esto Durkheim citado por Zambrano (2000, p. 39) dice “educar es introducir a las nuevas generaciones en los nuevos patrones de la sociedad”, es decir que la educación es una acción que permite introducir a los sujetos dentro de esquemas de comportamiento socialmente establecidos.

De esta manera se tiene que las instituciones sociales van moldeando el tipo de persona de acuerdo a sus necesidades, y así la persona se adapta al medio e igualmente adquiere compromisos con él mismo. Dentro de las instituciones sociales tenemos la escuela formal; ella la “escuela” nace como necesidad de la sociedad, constituyendo un espacio más dentro de la socialización del sujeto. A esto hace alusión Jaramillo (2001, p.19), cuando dice que:

La escuela hace parte de la socialización del niño y la niña de hoy como sujetos de derechos y no sólo como seres de responsabilidades y deberes, ella (la escuela) no sólo es un factor importante en el aprendizaje de conocimientos que lo habilitan para desempeñarse mejor en la era (ola) de

conocimiento y la información, sino que también hace parte de su saber social y cultural.

Es decir que la escolaridad forma parte de la realidad social y se ha convertido en una dimensión esencial no-sólo para la transmisión de aprendizajes y conocimientos, sino también para caracterizar el pasado, el presente y el futuro de las sociedades, de los pueblos, de los países y de los sujetos; es el medio escolar donde el sujeto participa activamente con vivencias y experiencias dentro de la sociedad, construyendo cultura a partir de sus relaciones interpersonales con padres, compañeros, profesores, amigos, directivos y demás personas con quienes tiene interacción diaria y permanente.

Pero no todo es color de rosa en la institución escolar, empezando desde la visión instrumental que se tiene del sujeto por parte del contexto social, hasta las relaciones de exclusión y violencia que se dan en ella (la escuela). El sistema político impone en las instituciones escolares modelos educativos que van en contra de la individualidad, y de los procesos socioculturales de los sujetos; es decir que a los educandos se les instruye en la escuela, armándolos como robots y llenándolos de información para cumplir funciones para determinado trabajo. Se dice que hay violencia en la escuela cuando no se tiene en cuenta ese mundo diverso el cual es cada persona, a esto refiere Restrepo (1995, p. 107) para quien:

La escuela es violenta cuando se niega a reconocer que existen procesos de aprendizaje divergentes que chocan contra la estandarización que exige a los estudiantes. Habrá violencia educativa siempre y cuando sigamos perpetuando un sistema de enseñanza que obliga a homogenizar los niños en el aula a negar las singularidades, a tratar a los alumnos como si tuvieran las mismas características y debieran por eso responder a nuestras exigencias con iguales resultados.

Esta es la cruel realidad de nuestras instituciones escolares donde sólo importa la transmisión de conocimiento, dejando de lado la parte del ser que no es explorado, como el ámbito de su sentir, de su pensar, su actuar y su expresar.

A decir de Botero (2001, p. 103),

La socialización y las escolarizaciones de niños, niñas y jóvenes, tal como se practican en la actualidad, forman un mundo de la esclavitud. No se educa a los niños (as) para pensar, crear, descubrir sino que se les impone un saber establecido, carente de savia, esquematizado, sin vida”.

Es decir es una educación tradicional e instrumental, impidiendo la libre exploración de los educandos, para ser actores activos dentro de su proceso formativo; el mismo autor refiere que, enseñar debe ser un proceso donde el crear, innovar, reflexionar, construir, investigar, deben estar presentes en el sujeto y que el impulso de la búsqueda de nuevos conocimientos haga parte de su personalidad.

Lo que se ve claramente es que se sigue fragmentando al sujeto, en otras palabras se sigue un paradigma dicotómico, donde sólo se le da prioridad a la razón instrumental, es decir, la organización de la producción, la empresa, la vida económica, dejando por fuera la sensibilidad y la imaginación, es decir la no razón del sujeto. Categoría que propone Botero (2000, p. 30), cuando presenta la no-razón como una categoría filosófica que permite “comprender un vasto ámbito de instancias culturales y de pensamiento, que no caben en la razón, sin ser irracionales”. Así se tiene el inconsciente, la naturaleza, el mito, el arte, la libido, la voluntad de poder, etc.

Ahora bien, la escolarización a decir de Zambrano (2000, p. 54),

Es una imposición familiar, es una decisión que se juega entre las voluntades socialmente construidas. Al ser esto, la familia y la escuela sellan un pacto en el

que, la segunda, se compromete de manera firme a entregarle a la sociedad un individuo competente y profesionalmente capaz.

Otro aspecto que vive la escuela es la exclusión de los sujetos por no reconocer sus características que lo identifican y lo hacen único en el entorno sociocultural. A esto Zambrano (2000, p. 54) menciona que:

No excluir, es y debería ser el fin último de la escuela; saber aceptar la diferencia que esta frente a mí. Por tal motivo, el sujeto educable es diferente y no homogéneo; mantiene una relación especial con el mundo, de tal suerte que sus representaciones, frente a los aprendizajes, se diversifican al punto de legitimar la diferencia.

Es decir, la particularidad del sujeto es imprescindible para afrontar el acto educativo; no se puede pasar por encima de ella, puesto que la individualización confiere la distensión de un sujeto con los demás de su misma especie.

En si por lo que se propende con el proceso educativo es a ayudar al sujeto a reconocerse, a encontrarse, recomponerse a sí mismo a través de los diferentes procesos de desarrollo biológico, de socialización, de profesionalización, impulsándolo a descubrir su esencia personal; no se trata de excluir ningún elemento que intervenga en la educación del ser humano, sino partir de su contexto real donde tiene sus experiencias. Es así como la educación impartida en las instituciones escolares debe formar parte de esas realidades sociales casi naturales que constituyen nuestras vidas y que se difuminan en nuestra conciencia.

Ingresar, estar, permanecer por un tiempo en las escuelas, es una experiencia, tan natural y cotidiana, que ni siquiera cobramos consciencia de la razón de ser de su existencia, de la contingencia de la misma, de su posible provisionalidad en el tiempo, de las funciones que cumplió, cumple o podría cumplir, de los

significados que tiene en la vida de las personas, en las sociedades y en las culturas.

Sólo quienes son excluidos de esa experiencia, aprecian con más viveza el valor de su ausencia. Es como los alimentos, de cuya importancia y presencia sólo nos damos cuenta cuando nos falta para nutrir nuestra corporeidad. La institución escolar es necesaria para los sujetos y para la sociedad; pero debe convertirse en espacio de vida, de sentimiento y de descubrimiento, y no de exclusiones ni frustraciones.

Una nueva educación es una utopía que debemos emprender los nuevos educadores u orientadores en los espacios educativos, para contribuir en la búsqueda de seres humanos más competentes en su pensar, actuar, y su sentir, al respecto Morin (2000, p. 83) señala que,

La educación debe contribuir a la autorreflexión de la persona (aprender y asumir la condición humana, aprender a vivir) y aprender a convertirse en un ciudadano. Un ciudadano, en una democracia, se define por su solidaridad y su responsabilidad respecto de su patria, la cual supone el arraigo en sí de su identidad nacional.

En éste sentido la educación debe tener en cuenta a la persona en toda su diversidad, al igual que a los grupos humanos, y al mismo tiempo no ser un factor de exclusión social, buscar el respeto a la pluralidad del sujeto constituirá un efecto positivo en la enseñanza de los mismos, el caso es no limitar el pleno desarrollo de la personalidad.

La educación debe adaptarse a cambios que día a día surgen en la sociedad, pero esta adaptación debe trascender e involucrar al sujeto en toda su complejidad holística.

## **5.2 EDUCACIÓN SUPERIOR**

La Educación Superior se puede entender como un espacio más de la acción educativa del ser humano, que busca la Formación Integral de las personas, es y debe ser pertinente puesto que actúa en la transformación de la sociedad, partiendo de una Formación Idónea de la persona. Se ve entonces que éste espacio educativo día a día adapta sus contenidos en la búsqueda del desarrollo de soluciones teóricas y prácticas que contribuyen al mejoramiento de la Calidad de Vida de la Humanidad.

El desempeño en el entorno social va de acuerdo a la especialización adquirida, por ello su preocupación se centra en ofrecer unos contenidos que sean propios para la misma; de igual manera busca brindar los elementos necesarios para alcanzar una concordancia de su propio discurso, y de esta forma se facilita que la persona se desenvuelva apropiadamente en el desarrollo de sus conocimientos, comportamientos dentro de las vivencias sociales; también contribuyendo en aras de su adaptación como persona al contexto social.

La Universidad es también un espacio que nace a partir de la necesidad social, la cual desarrolla funciones de gran importancia para el desarrollo y el bienestar de la sociedad; una de ellas es la formación de profesionales y la otra es el fomento del conocimiento, a través de la integración de la docencia, la investigación y la proyección social.

Para entender más el concepto de Universidad se puede retomar a Muñoz (2002, p. 138) quien señala que, “la universalidad es entendida como diálogo de saberes, diferencias y culturas”. Entonces se puede decir que la Universidad es un lugar de encuentro y expansión de las diferencias, de experiencias comunicativas de una sociedad pluralista; respetando lo particular y lo heterogéneo de su contexto social. Es así como la Universidad se constituye en un espacio más para la socialización del ser humano, relacionando la



Universalidad de saberes, culturas, conocimientos, diferencias de pensamientos y experiencias personales y colectivas.

La Universidad influye también en el desarrollo en cuanto a los campos de la ciencia y de la tecnología, así como en el fomento y consolidación de las artes, las ciencias humanas, sociales y educativas fundamentales en su proyecto como institución.

Se puede ver, que parte de las características y desafíos de la Universidad en cuanto al contexto local y global hace sus transformaciones acorde a las exigencias dadas por las necesidades políticas, sociales, económicas y culturales locales, nacionales e internacionales. Es así como lo Interdisciplinario y lo Transdisciplinario de la Universidad posibilita la pertenencia social y la pertinencia académica. Por ende el propósito desde el aula en la Universidad es pretender el acercamiento de los universitarios a los grandes temas y problemas sociales y culturales de la ciudad, región y el país. En otros términos se puede decir que la Universidad debe partir desde la realidad social posibilitando al sujeto a enfrentarse a la misma para producir cambios significativos en pro del conocimiento y la Formación particular y colectiva de un contexto sociocultural.

### **5.2.1 Legislación sobre Educación Superior**

Por la vía del Derecho se visibiliza que nuestro País está regido por la Constitución Política de Colombia que nace de acuerdos Nacionales entre los distintos miembros de grupos sociales que conforman éste territorio, como son trabajadores, estudiantes, indígenas, grupos religiosos, campesinos entre otros, con el fin de desarrollar políticas de estado en beneficio y mejoramiento de la calidad de vida del pueblo colombiano. Dentro de estas políticas oficiales se

hallan acuerdos, leyes y decretos que se destacan fundamentalmente en materia educativa con el fin de brindar conocimiento por y para la cultura como es el derecho a la Educación.

Es así como la Constitución Política de Colombia (1991, p. 25) en su Artículo 67 expresa que: “la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social: con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura”. El mismo Artículo expone que, “la educación formará al colombiano en respecto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.”

Es claro que la educación es fundamental en el desarrollo físico, mental, psicológico, religioso, económico, social y cultural de cada ser humano por ello continuando con el artículo (67, p. 26) de la Constitución Política de Colombia señala que: “corresponde al estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la formación moral, intelectual y física de los educandos.”

Al igual que en la Constitución Política se abarca y protege el campo educativo para los colombianos encontramos también que la Educación no sólo se da en la edad temprana de cada sujeto sino que se convierte en un proceso permanente que continúa después de la etapa escolar entendiendo esta como la primaria y secundaria para posteriormente acceder a la vida profesional que busca formar seres líderes, creativos, autónomos e innovadores.

De éste modo la Educación Superior es definida por la Ley 30 (1992) en su Artículo 1, como,

Proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con la posterioridad a la educación media o secundaria y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional

Además su Artículo 4 menciona que,

La educación superior, sin perjuicio de los fines específicos de cada campo del saber, despertará en los educandos un espíritu reflexivo, orientado al logro de la autonomía personal, en un marco de libertades de enseñanza de aprendizaje, de investigación y de cátedra.

De lo anterior se puede enunciar que desde el punto de vista normativo, el ambiente educativo que ofrece la universidad propende por despertar las potencialidades y capacidades de cada individuo en la innovación, investigación, creatividad y desenvolvimiento en el entorno respetando su identidad cultural. En sí lo que ella busca es educar personas competentes, autónomas, reflexivas y críticas de sí mismas y de la sociedad.

### **5.3. BIENESTAR UNIVERSITARIO**

#### **5.3.1 CONCEPTO DE BIENESTAR**

El Bienestar según el Foro de Salud Integral de la Universidad de Costa Rica (2004) consiste en que la persona se encuentre en condiciones estables en los diversos niveles tanto físicos, sociales, psicológicos, espirituales y ambientales entre otros.

Éste bienestar está muy relacionado con el concepto de salud. La salud ha sido una preocupación constante en todas las sociedades y culturas; su definición e interpretación conceptual ha evolucionado a lo largo de la historia en función del valor social y cultural que se le ha dado en cada momento y de la metodología empleada para analizarla. La implantación y utilización de las diversas definiciones de salud que en la actualidad se aplican se deben en muchos casos a la capacidad de difusión que poseen o la trascendencia dada a las

personas o instituciones que las han elaborado, no siendo siempre los conceptos más acertados o más operativos los que han alcanzado mayor divulgación o consideración. Por esto existen muchas definiciones de salud y de salud integral, dependiendo del contexto en que se desarrollen y del marco teórico que las sustenten.

Por lo cual el Foro de Salud Integral cita a la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2004) que manifiesta que la salud “es un completo bienestar físico, mental y social y no simplemente ausencia de enfermedad”. De acuerdo a esto el Bienestar se encadena con la salud y puede percibirse como un proceso dinámico de vivenciación física, mental, social, ambiental, vivir en armonía, que puede involucra una percepción subjetiva y colectiva en un ambiente determinado que interrelaciona, en un contexto temporo-espacial determinado.

Dicho de otro modo el concepto de Bienestar es para el sujeto en particular el estar en condiciones favorables en su parte física, mental, psicológica, espiritual, social y cultural que posteriormente lo trasciende hacia la relación interpersonal y desarrollo comunitario, éste bienestar se adquiere en la medida que haya un entrettejido armónico y equilibrado de los ambientes físicos, económicos, políticos, estéticos, y sociales.

### **5.3.2 El Bienestar en el Campo Universitario**

Para hacer un recorrido sobre lo que ha acontecido el proceso de Bienestar Universitario al respecto González (2002, p. 21) aporta que,

El desarrollo del Bienestar Universitario en Colombia corresponde a la segunda mitad del siglo veinte. Sin embargo, el concepto de bienestar estudiantil aparece por primera vez en la legislación colombiana con la ley 63 de 1.935, durante el gobierno de Alfonso López Pumarejo, que reorganiza la Universidad Nacional y ordena la creación de una Ciudad Universitaria.

Éste Bienestar Estudiantil según el autor incluía las residencias, los comedores estudiantiles, los servicios médicos y el deporte organizado, servicios a través de los cuales se pretendía conformar una verdadera comunidad universitaria en la que estuviesen satisfechas por parte del Estado las carencias básicas de los estudiantes, único modo para muchos de ellos de poder realizar sus estudios.

A la vez González (2002, p. 21) cita a Gutiérrez, quien sintetiza un poco su evolución hasta la década pasada diciendo que:

Se ha pasado desde un casi absoluto silencio con respecto al tema, en 1957, pasando por una concepción asistencialista y casi extraacadémica, en 1971, por una mas integral, pero no definitiva del ente universitario, en 1980, hasta la actual definición de la ley 30 del 28 de diciembre de 1992, en la cual el bienestar es la condición esencial para el buen ser y obrar de la comunidad universitaria en todos sus estamentos y con referencia a todas sus funciones.

De lo anterior expuesto se puede decir que el desarrollo de Bienestar Universitario hasta la actualidad se ha dado como consecuencia de los cambios y necesidades que se han efectuado en el sistema Educación Superior. Se tiene entonces que éste concepto va surgiendo a partir de los cambios modernos que toma la Universidad con respecto a su naturaleza y como entidad de Educación Superior, proyectada en materia de vida y Bienestar Estudiantil.

Dentro de su recorrido González aborda aspectos relacionados con los cambios surgidos durante los procesos de reforma que se han presentado en la historia de la Educación Superior en Colombia. Es así como muestra que en la reforma de 1971, durante el Ministerio de Educación de Luís Carlos Galán, donde desde el Ministerio de Educación surge un avance significativo en la definición de políticas con respecto al bienestar universitario. Por lo que González (2002, p. 24) enuncia que,

El bienestar universitario se entendía sólo como bienestar estudiantil y excluía al personal docente y administrativo. Se definió el bienestar estudiantil como los servicios personales al estudiante cuyo objeto es coadyuvar para que la labor formativa, lectiva y extralectiva pueda realizarse en las mejores condiciones posibles.

Posteriormente según el autor la Institución Colombiana para Fomento de la Educación Superior [ICFES] hace un diagnóstico en 1973 sobre Bienestar Universitario, del cual resulta una definición más integradora, entendiéndose como “el conjunto de programas y actividades ofrecidos a todos los integrantes de la comunidad universitaria con el objeto de crear las condiciones favorables para el cumplimiento de los objetivos de la Educación Superior y la promoción de comunidad”.

También menciona el autor que luego en 1980 el ICFES, confiere carácter de obligatorio el “Bienestar Social” en las instituciones de Educación Superior.

De acuerdo a González esta reforma coloca a la persona como centro del proceso y, dentro de un concepto de Formación Integral. También se plantea el bienestar como función propia de las instituciones, aquí resulta un enfoque más humanista y personal en el mejor de los sentidos.

Seguido de esto en 1996 según González (2002, p. 35), se avanza con respecto a la conceptualización de bienestar universitario; pues se parte, según el autor, de la filosofía de la Formación Integral, donde se propone que es la realización de la persona humana, basada en principios de desarrollo individual y comunitario para alcanzar altos niveles de integración y de calidad de vida al interior de las instituciones de educación superior.

Entonces se entiende el bienestar como “un “estar bien” con la propia actividad, con el lugar en que se convive, con la formación que se recibe, con la cultura

que se comparte en un contexto democrático, pluralista, y participativo, a través de actividades formativas tales como los eventos deportivos, artísticos, expresivos y recreativos que enriquecen la cultura institucional y el bienestar integral de las personas.”

Por otro lado, González (2002, p. 35), considera que el Bienestar,

Debe promover y apoyar la construcción de un nuevo proyecto pedagógico universitario que busque incidir en la vida académica de la comunidad, que transforme valores y contribuya a la construcción de un nuevo paradigma cultural, con la participación activa de todos los miembros y estamentos de la comunidad educativa.

En si el Bienestar Universitario propende por la Formación del sujeto de manera Integral, ella en su esencia aporta herramientas para que cada miembro de la comunidad universitaria desde su proyecto de vida se asuma como persona y que esté dispuesto a desarrollar actitudes de comunicación, de solidaridad y de responsabilidad que contribuyan al logro de la realización personal y al cumplimiento de la misión de la universidad.

### **5.3. 3 Bienestar Universitario en la actualidad.**

Con relación al Bienestar Universitario, si se tiene en cuenta la literatura producida en los últimos diez años, afirman algunos autores entre ellos González (2002, p. 81) que existe una comprensión bastante generalizada del mismo que lo liga según a tres conceptos que orientan su deber ser: “Calidad de Vida, Comunidad Educativa, y Formación Integral.”

A través de ellos se suele comprender lo establecido por la ley 30 de 1992, en su Artículo 117,

**5.3.3.1 Calidad de vida:** Según González es un concepto desarrollado en la sociedad occidental durante la segunda mitad del siglo veinte, a través del cual se pretende expresar la percepción de que la vida puede ser vivida con diferentes grados de satisfacción, que representan niveles con significado cuantitativo (bienes disfrutados) y cualitativo (ideales alcanzados). Posee, por tanto, dos caras: una tangible en la que apreciamos la cantidad de los bienes, con todas sus cualidades, que el ser humano necesita y apetece para vivir a gusto, y otra intangible donde se perfilan los diferentes ideales de perfección o felicidad que la humanidad, en general, y cada pueblo, cultura, grupo o individuo, en particular, se construye con el propósito de disfrutar la vida con sentido.

Desde un concepto psicológico Sorín (1992, p. 13) expresa que,

Calidad de vida es una categoría psico-sociológica, que se refiere al bienestar subjetivo que las personas sienten, en relación con la satisfacción de sus necesidades; es la percepción psicológica que se tiene de la cotidianidad, el modo en que cada uno la vive.

Es decir la dimensión subjetiva consiste en la apreciación que cada uno hace de una situación, su experiencia personal, el valor y significado que le confiere.

De esta manera la Calidad de Vida la determina el sujeto desde su reflexión interior, de tal forma que se sienta a gusto con lo hace, siente, piensa, como actúa y con los servicios básicos que la sociedad le aporta para su sana realización en el contexto donde se relaciona con el otro y el medio sociocultural e histórico. La calidad de vida debe surgir del auto análisis permanente del sujeto, buscando equilibrar y armonizar su vida. El Bienestar debe brindar elementos para mejorar dicha calidad de vida.



Éste concepto a nivel Universitario en Colombia, va ligado según González (2002, p. 81), al de satisfacción de necesidades, el cual, constituye la intencionalidad inicial, desde el punto de vista histórico, del bienestar universitario. Éste surgió con el propósito de satisfacer las carencias básicas de los estudiantes en las Universidades Públicas, razón por la que desde un comienzo se entendió como la prestación de servicios de residencias, comedores, atención médica y deporte. Si tenemos en cuenta la configuración de las áreas de trabajo del Bienestar Universitario en la mayoría de las instituciones, observamos que fundamentalmente responden a esta preocupación: salud y nutrición, deporte y recreación, cultura, promoción socioeconómica.

**5.3.3.2 Comunidad Educativa:** Es el segundo elemento propuesto por González, que va ligado al carácter de toda institución de Educación Superior; ella es, antes que nada, una comunidad educativa. Esto equivale a decir que toda su actividad es la actividad de una comunidad y que no podrá alcanzar sus objetivos, en particular el de la Formación Integral, mientras no logre fortalecer el sentido y los valores propios de la comunidad entre sus miembros.

El sentido de comunidad se manifiesta primeramente en que se contempla el bienestar de todas las personas que integran la institución: educandos, docentes, y personal administrativo. Lo que se busca es el bienestar de todos y es responsabilidad de todos. También se manifiesta como orientador de la convivencia, que forma parte de la Formación Integral deseada. Sin relaciones armoniosas de convivencia resulta imposible pensar en una Institución Educativa como Comunidad y resulta inviable cualquier labor de Formación Integral. También el propósito de construir comunidad como objetivo del Bienestar Universitario viene planteado desde la misma proyección a la sociedad, que es elemento esencial de toda institución de educación superior.

La sociedad es una comunidad más amplia en la que todos sus miembros tienen una tarea y una responsabilidad, que es la de convivir en armonía. La construcción de comunidad se expresa como el aprendizaje permanente de la convivencia; y la institución educativa es un lugar privilegiado para aprender a convivir y para extender a la sociedad ese aprendizaje.

**5.3.3.3 Formación integral.** Es nuestro tercer elemento propuesto por González y constituye una de las tareas de toda institución de Educación Superior. No sólo la Institución debe centrarse en la práctica de la labor académica, formando profesionales para la sociedad; sino que ésta se apoya en el campo del Bienestar Universitario para posibilitarle a su comunidad una formación más integral.

La Formación Integral ha sido propuesta como un objetivo principal de la Educación Superior, precisamente para evitar que la acción de ésta se reduzca a la sólo formación, casi simple “habilitación”, profesional. Ésta es una intencionalidad del Bienestar Universitario, pues ha ido girando desde la sola preocupación por atender a las necesidades hasta la preocupación más amplia y profunda de la Formación Integral.

Por último el Bienestar Universitario tiene como compromiso educar y cumplir un papel de formación, lo cual implica gestar el cambio de actitud y comportamiento en la Comunidad Universitaria. Pretender por un clima humano que sirva de soporte a la vida Institucional. También ejerce acciones en lo cultural, recreativo, deportivo y resalta los valores humanos para una adecuada concepción de lo que significa ser persona humana.

El Bienestar debe desarrollar un sistema orientado a la realización de nuevos seres humanos, comprometidos con su yo, con el otro, y con su medio; al igual que preservar sus derechos fundamentales, elevar su Calidad de Vida y mejorar las condiciones de trabajo, recreación, estudio, investigación, docencia y administración en la Universidad.

#### **5.4 FORMACIÓN INTEGRAL COMO FINALIDAD DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR.**

La Formación Integral es, pues, tarea de toda Institución de Educación. Pero antes es indispensable hacer un recorrido por el concepto de Formación y su relación con el de Educación. Desde un recorrido histórico se encuentra que éste concepto ha ido por decirlo así tomando sentido, o adaptándose a los procesos de cambio que surgen en cada época, y también al ideal de personas que la sociedad requiere para suplir sus necesidades.

Para los griegos la pretensión de su ideal educativo, era fundamentalmente “formar ciudadanos”, esto es formar ciudadanos para el gobierno de la vida en la ciudad. Complemento a esto, Platón en “la Republica” citado por Aranguren (2003), expresa que, “lo primero que necesitan es que esos hombres sepan gobernar esos microcosmos que es cada uno de ellos: la sociedad es la expresión comunitaria del individuo; política y ética guardan entre sí una relación de analogía”.

De éste modo surgen dos elementos que se pueden retomar para entender un poco más el concepto de Formación. El primero que se plantea, es la Formación como finalidad del acto educativo planteado por los griegos, el otro elemento es que la Formación parte del sujeto, como lo plantea Platón, cuando

dice que lo primero es saber gobernar esos microcosmos, es decir su corporeidad.

Ahora bien Zambrano (2000, p. 73) nos dice “la educación comprendida como una actividad extremadamente extensa y la formación como la finalidad de la educación”. Complemento a esto Gothe citado por Quiceno (1996, p. 88) nos dice “la educación es un proceso por medio de cual las cosas, las personas y las instituciones afectan a un individuo. La Formación es entender ese proceso como un viaje hacia sí mismo.”

De esta manera se puede entender la Formación como la toma de consciencia de la Acción Educativa, es decir mantener una continua reflexión, que va desde el interior del sujeto, con respecto a sus experiencias con los objetos, y de igual manera con los demás individuos de su misma especie; es comprender también que la educación ésta en continuos cambios, que necesita cambios, y que es el mismo sujeto quien reflexiona, aportando con nuevas estrategias, que permite que éste acto cumpla con su papel de formador.

La Formación a decir de Ramiro y Rincón (2002, p. 90) “se fundamenta en la autoformación, es decir, es un proceso aceptado y conducido por el sujeto para el despliegue de sus potencialidades, a partir de la especificidad individual y del contexto histórico, social, y cultural...se parte de la actividad individual, de la capacidad de pensar por si mismo, de colocarse en el lugar del otro y de ser consecuente.”

Esto lleva a deducir, que la Formación es para el sujeto en particular, pero esta estructuración se da, a partir de las continuas vivencias que comparten los seres humanos y las instituciones sociales; podemos decir que el sujeto se reconoce a sí mismo cuando reconoce en el otro sus características particulares

que lo identifican como sujeto único e irrepetible; otro aspecto significativo es grado de empatía, es decir ponerse en los zapatos del otro, para la aceptación de su diversidad, como un mundo distinto que es cada uno.

Al tratar de entender el concepto de Formación se deja entrever que está íntimamente relacionado con la educación, por que ambos son y dependen de cada ser y de igual forma se visualiza que estos han tenido muchas transformaciones a lo largo de la historia.

En éste sentido otra concepción de Formación la presenta Humboldt citado por Ríos (1996, p. 18) quien establece

Una diferencia de significado entre cultura y formación: pero cuando en nuestra lengua decimos " formación " nos referimos a algo más elevado y más interior, al modo de percibir que procede del conocimiento y del sentimiento de toda la vida espiritual y ética y se derrama armoniosamente sobre la sensibilidad y el carácter.

Es decir, lo que se plantea es que la Formación se da como un proceso cultural y que está supeditado a la experiencia del ser humano en su contexto histórico y cultural, puesto que en ese recorrido por la vida experimenta diversidad de conocimientos, saberes, informaciones, emociones y también relaciones consigo mismo con los otros y el medio; es así como todo éste gramaje de interacciones convierten la Formación en algo íntimo de la esencia humana.

También Aristóteles citado por Ríos (1996, p. 18), dice que "el ser humano se guía en sus decisiones concretas, de acuerdo con su ethos, por la racionalidad práctica y no depende en eso de las enseñanzas de un maestro".

Aquí se resalta una gran diferencia sobre lo que se debería conocer y lo que quiere cada ser con respecto a su Formación; la razón es que el conocimiento, el cual existe y es universal en la mayoría de los casos, sólo se adquiere a

través de la educación con los procesos de enseñanza-aprendizaje, pero éste sólo ingresa o es obtenido según la Formación de cada ser, los intereses de cada persona, su particularidad y su personalidad, la cual es la responsable sobre su actuar. Pero es importante también resaltar de nuevo que la formación no es un proceso cambiante sino que es acumulativo y dinámico, entonces en la educación se pueden despertar aspectos particulares de la formación y no sólo es responsabilidad de la educación trabajar estas características, principalmente porque la Formación Humana es responsabilidad del entorno en el cual se es concebido.

Siendo la Formación Humana un proceso con características de carácter acumulativo, progresivo y de igual forma es proporcionalmente creciente a las experiencias, entonces la formación es mayor cuando el ser ha recopilado mayor experiencia en un tiempo apropiado para experimentar, en comparación de otro, porque como es un proceso cambiante las repuestas que se dan a los conflictos están directamente relacionadas con la formación pero esto es dependiendo a la aptitud para tomar la decisión pertinente a sus necesidades.

En otras palabras la formación es la que determina nuestro comportamiento en nuestras decisiones y en la elaboración de nuestros proyectos de vida. Por eso es un aspecto dinámico en el transcurrir del tiempo, es característico de cada ser y nos hace pensar en actividades que se pueden hacer en un futuro cercano; así también la formación es caracterizada por cada sociedad y lo más importante es que la formación representa una carta de presentación de cada ser sobre su pasado, su presente y su futuro, que da una idea a las demás personas sobre como fue la sociedad cultural en la que se formó, como está viviendo según su formación y el posible desempeño que tendrá en la sociedad que pretende habitar para formarla y conformarla; por esta razón no debemos olvidar que una buena Formación está abierta a los conocimientos, los cuales

invaden la personalidad y hacen del ser un proceso acumulativo, que de igual forma estará libremente abierto al cambio.

Gadamer citado por Ríos (1996, p. 28) señala que,

En la conciencia histórica encontramos los rasgos que caracterizan a esta conciencia culta: elevación hacia la generalidad, distanciamiento respecto a la particularidad de las aceptaciones o rechazos inmediatos, el dejar valer aquello que no responde ni a las propias expectativas ni a las propias preferencias.

La razón por la cual el ser se convierte en una persona formada, es porque es capaz de conocer aspectos que realmente no entran en los gustos de cada ser, porque le da la capacidad para construir sociedades desde puntos de vista comunes y no sólo los individuales.

En éste sentido se puede decir que la Formación Humana es la construcción permanente del ser de cada persona en edificarse humanizado, la cual es la responsable de los posicionamientos que éste tome frente al mundo; de igual forma estas decisiones son generalmente son pensadas por el sujeto como placenteras, responsables, éticas o que van de conformidad con su personalidad.

## **5.5. PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA**

Como se ha mencionado con anterioridad la educación desde una perspectiva general, es una acción inherente al ser humano que lo acompaña desde el mismo momento desde su aparición sobre la vida terrenal.

En la medida que la educación se torna un transcurso complejo, es necesario delegarla a personas o instituciones asumiendo un carácter sistematizado del

cual tradicionalmente se ha encargado la escuela como estamento social históricamente determinada.

Ahora bien, esta educación sistematizada debía ponerse al nivel de quienes la necesitaban, entonces para ello recurre a métodos de trabajo innovadores, a técnicas y procesos de planificación que garantizarán una buena acción educativa. Esto conlleva a que las personas encargadas de desarrollar los procesos educativos, lleven una sistematización de su trabajo y una permanente reflexión de su quehacer educativo, con miras a mejorarlo respondiendo a las necesidades del contexto sociocultural.

De esta manera surge la pedagogía como la ciencia que reflexiona sobre el quehacer del proceso educativo. Al respecto Camacho (2003, p. 64) dice que,

La pedagogía es considerada entonces como una ciencia social que tiene como objeto de estudio el hecho educativo y la responsabilidad de liderar la educación del hombre nuevo, que con un carácter crítico y creativo responda a las características de la sociedad a la cual pertenece.

Es decir, la pedagogía guía la acción educativa en torno a los procesos formativos del ser humano, consolidándolos como sujetos reflexivos y posicionados política y éticamente ante el mundo.

Por ende a la pedagogía le compete investigar todos los elementos relacionados con el proceso educativo, con el objeto de codificarlos, explicarlos, crear modelos recurriendo para ello a un trabajo interdisciplinario que tendrá diferentes dinámicas de conformidad con el momento histórico que se viva.

Zambrano (2002, pp. 41-52) dice al respecto:

La pedagogía como relato tiene lugar en la historia a partir de la narración de los hechos y las situaciones escolares, las políticas que regulen lo escolar... las manifestaciones intelectuales y ocultas de la "caja negra", a las prácticas



escolares y sus diferentes formas textuales, la organización escritoral tipo manuales escolares, modos de disciplinamiento etc.

En otras palabras la pedagogía recoge todo el proceso educativo que vive el ser humano y que posteriormente le permite al pedagogo reflexionar sobre las prácticas de enseñanza- aprendizaje, creando y recreando procesos que contribuyan a la formación de las personas. De igual manera el mismo autor hace referencia: “si educar es una cuestión de socialización, entonces, la pedagogía como relato, buscará los argumentos necesarios para demostrar el porqué de dicha socialización y las magnitudes consecuenciales de la acción integradora.” Es así como la pedagogía se ostenta como la reflexión de la realidad del ser humano en su visión holística.

La pedagogía acompaña el proceso educativo que lleva cada sujeto y los grupos humanos y además a decir de Zuluaga (1987, p. 20) “la pedagogía no es sólo un discurso acerca de la enseñanza sino también una práctica cuyo campo de aplicación es el discurso”. Lo anterior es entendido como la relación existente de la teoría y la practica; es decir el fee bak en el contexto real donde se desenvuelve la persona y que tiene como misión y eje fundamental la formación humana.

Por otro lado tenemos la didáctica y como nos dice Camacho (2003, pp. 65-66):

Es reconocida como una rama derivada de la pedagogía, con un carácter más práctico, que centra su estudio directamente en los procesos de enseñanza – aprendizaje, construye teoría aplicada partiendo de los resultados de las investigaciones pedagógicas, en tal sentido, no se le puede considerar como una actividad estrictamente instrumental.

De esta forma la didáctica hace parte de la pedagogía pero como un proceso más práctico involucrado en el proceso de enseñanza, aprendizaje.

La didáctica como rama de la pedagogía construye teoría aplicada, ella como lo dice Camacho, “selecciona organiza y define, objetivos, contenidos, estrategias metodológicas y de evaluación de conformidad con las definiciones de la educación, hombre y sociedad establecidas en la pedagogía.” Es decir que posibilita las técnicas para desarrollar el proceso de enseñanza – aprendizaje de acuerdo a unos modelos pedagógicos establecidos.

Por con siguiente dice Zambrano (2002, p. 65) “la didáctica contribuirá al esclarecimiento del concepto de educar mediante sus aportes sobre los medios y las representaciones que tanto estudiantes como docentes elaboran en los procesos de apropiación del saber.” Entonces tenemos la didáctica es un mecanismo facilitador dentro del desarrollo del relato pedagógico.

### **5.5.1 MODELOS PEDAGÓGICOS Y DIDÁCTICOS**

Los procesos de escolarización que ha recibido el ser humano a través de la historia y de acuerdo a su entorno político, económico, cultural donde se ha desenvuelto, ha surgido desde la pedagogía unas estructuras que posibilitan que el acto educativo tome lugar en la formación humana de las personas.

Estas estructuras son construcciones de los seres humanos para dar forma o transformar a las personas mediante el acto escolar, de acuerdo a la época y necesidades, en que sean puestos en acción mediante las prácticas en las instituciones educativas. Estos modelos se presentan de acuerdo a la visión de sujeto que se tenga en dicha época y sociedad en la que se vive; de esta forma se han manifestado muchos autores en el campo de la educación proponiendo modelos pedagógicos que se articulen a las transformaciones que vive el mundo constantemente para posibilitar que las personas se impregnen de conocimientos y valores.

De esta manera Flores (1997, p. 160) dice “un modelo es la imagen o representación del conjunto de relaciones que definen un fenómeno, con miras a su mejor entendimiento”. Es decir, en éste caso el fenómeno es el acto educativo y el modelo pedagógico, es la forma como se lleva a la práctica dicho discurso.

Modelos como los tradicionales según Flores intentan mas bien reglamentar el transcurso educativo, es decir dan unas definiciones o normas que al final sólo sirven para moldear las cualidades y virtudes de los educandos, definiendo lo que se debe enseñar, a quienes, con que procedimientos, a que horas, y bajo reglamentos disciplinarios. Lo que se muestra con estos modelos es un educando pasivo ante el aprendizaje, es decir como un receptor que sólo debe llenarse de conocimientos.

En los modelos contemporáneos se aborda un entendimiento de lo que es el acto educativo, lo que no hacen los tradicionales; aquí se desarrolla un proceso activo entre los actores de la relación enseñanza – aprendizaje, se muestra claramente la participación activa del educando como protagonista de la socialización. Pasa de ser un actor pasivo a un actor reflexivo y crítico sobre lo que debería ser su formación.

En tal sentido lo Modelos Pedagógico y didácticos pretenden interpretar la realidad escolar, siendo el medio para que los sujetos que aprendan puedan elaborar objetiva y subjetivamente importantes acciones de aprendizaje no sólo en la parte intelectual, sino también que le sirvan para su vida. Se convierten en si en paradigma que orientan determinados fines educativos.

Ortiz (2005) define Modelo Pedagógico como la “construcción teórico formal que fundamentada científica e ideológicamente interpreta, diseña y ajusta la

realidad pedagógica que responde a una necesidad histórico concreta”. Es decir que con los elementos que conforman la definición es como va a funcionar dicho paradigma en el proceso educativo, donde se explica, se proyecta y se transforma desde las necesidades del ser humano y su medio sociocultural.

El todo esta en ofrecerle a los sujetos medios o herramientas que propicien su formación para la vida a decir de unas experiencias mas humanas que posibiliten la transformación de un mundo mas equitativo y con justicia social.

## **5.6 DESARROLLO HUMANO**

Desde una mirada histórica el Desarrollo Humano no es una noción nueva en nuestra sociedad actual, se encuentra según Ul Haq (1995), que es un tributo a antiguos líderes del pensamiento político y económico. De esta forma cita a Aristóteles quien sostenía que la riqueza evidentemente no es el bien que se busca, porque es simplemente útil y persigue otra cosa. Es decir que lo que más importa es la vida prospera de las personas sin tener en cuenta el material.

En la misma perspectiva Kant reflexionado por Ul Haq (1995), continuó la tradición de tratar a los seres humanos como el verdadero fin de todas las actividades cuando señaló, por lo tanto actúen en cuanto a tratar a la humanidad, ya sea en su propia persona o en la de otro, en cualquier caso como un fin además, nunca como medio solamente. En tal sentido el propósito del Desarrollo Humano trasciende de lo mero material, y más bien buscando un equilibrio entre las partes para mejorar la condición humana.

En esta perspectiva Toro (2004, p. 127) citando al Diccionario de Ciencias del Deporte, donde se plantea “el desarrollo es un proceso de modificaciones de las disposiciones psicológicas y fisiológicas producido por la influencia de factores endógenos y/o exógenos para la consecución de un estado final eventualmente

optimo.” Es decir que es un proceso progresivo en el cual se complementan una serie de factores para que dicho proceso pueda surgir.

De esta manera Toro plantea que el Desarrollo Humano se puede comprender desde una mirada objetiva la cual determina los procesos de aumento y esparcimiento de lo humano, que en dicha forma se supedita a la medición. Es decir el proceso de desarrollo biológico considerado como, el aumento de tamaño de segmentos, órganos, crecimiento de redes neuronales que se dan en el cuerpo humano. De igual forma el desarrollo también se entiende desde los procesos subjetivos, los cuales establecen los cambios de maduración en el ámbito funcional de los diferentes componentes del cuerpo, esto refiere a los progresivos focos de maduración que vive el ser humano en cuanto al lenguaje escrito y verbal, el pensamiento, la creatividad, y los procesos de superiores de la percepción.

En relación Pérez (2002) plantea que el Desarrollo Humano se entiende como un proceso de construcción de los sujetos individuales y colectivos, dentro de unas condiciones históricas y culturales específicas. Ser sujeto significa tener consciencia de sí, de sus acciones, sus características y circunstancias. Entendido como el transcurso de una serie de acciones las cuales están relacionadas a procesos biológicos y culturales dentro de un contexto específico donde se vivan por cada ser o comunidad.

El ámbito del Desarrollo Humano, corresponde un área que debe ser tomada en cuenta para la creación de un ambiente adecuado para la Formación Integral, tal como lo propone el sistema nacional de acreditación. El concepto de desarrollo humano nos sitúa en un marco de comprensión del ser humano, y por tanto de su Bienestar en el marco Universitario, debe incluir realidades de mayor proyección que la sola satisfacción de necesidades básicas.

Por su parte Pérez (2002, p. 54) dice, se entiende por Desarrollo Humano “un proceso de construcción de los sujetos individuales y colectivos, dentro de unas condiciones históricas y culturales específicas. Ser sujeto significa tener conciencia de sí, de sus acciones, sus características y circunstancias”. Es decir sujetos conscientes de sí mismos, que sean competentes, reflexivos, autónomos y que trasciendan esa potencialidad en la transformación de contextos en pro del desarrollo personal y comunitario.

## **5.7. CONSCIENCIA**

En primera instancia se aborda el concepto de consciencia desde un recorrido histórico hecho por García, (2000) en esta medida encuentra que para los griegos éste concepto no se manejaba entre sus discursos del griego clásico, en vez de “conciencia” empleaban los términos de “alma” y de “coviación”. Para ellos tener consciencia era “sentirse animando el cuerpo”.

Al respecto dice García (2000, p.1) “tener consciencia es notarse estar asomado a las ventanas de los sentidos, actuando los órganos del cuerpo, tocando en ellos esa sinfonía, compleja y emocionante que es ver, oír, gustar, tocar... entender, querer”. Según el autor en la filosofía griega clásica, el Yo no juega papel alguno. Es la intimidad activa --poder de interiorizar-- sólo pueden ser propiedades de un Yo individual.

De otra manera según García la consciencia se nota en el romano como sujeto, y las cosas se presentan en ella como "objeto". Es decir la consciencia nace del sujeto desde un estado interior y en todo su ser capta las cosas externas a él.

De igual manera Bonilla (1997, p.1) refiere “la consciencia es la noción que tenemos de las sensaciones, pensamientos y sentimientos que se

experimentan en un momento determinado”. Es la comprensión del ambiente que nos rodea y del mundo interno a los demás.

Y complementa Bonilla (1997, p.1) expresando que:

La conciencia es obviamente una de las maravillas del ser humano y es lo que realmente nos permite darnos cuenta de lo que somos realmente, criaturas especiales, resultado de una mente inteligente. Se puede comprender como un mecanismo que reflexiona sobre nuestros actos, pero no sólo referidos a los aspectos intelectuales sino también a otras expresiones del ser.

Por su parte Husserl citado por García (2000, p. 3) define,

La conciencia como un conjunto de actos que se conocen con el nombre de vivencias. Esta conciencia tiene la peculiaridad de eliminar toda referencia a una existencia real de las cosas, es decir la conciencia no percibe objetos reales sino que aprehende objetos, que se denominan fenómenos.

Desde esta mirada filosófica elaborada por Husserl reflexionado por García, de su paradigma fenomenológico quien lo retoma de su profesor Brentano, quien según el autor en sus conceptos habla de una conciencia intencional y manifiesta que, “toda conciencia es conciencia de algo”, es decir la conciencia existe puesto que algo externo a ella la motiva, la estimula y en cierto modo propicia la conciencia intencional.

Según García (2000) Husserl comienza una nueva filosofía para contribuir con el ser y con el mundo no sólo desde conceptos homogéneos o de la razón objetiva, sino también desde múltiples puntos de vista mejorar los aspectos sociales que mueven al sujeto con el mundo. Por lo que Husserl según García agrega que la conciencia como vivencia intencional se torna un proceso dinámico y la cual se puede potenciar; al respecto dice “la conciencia deja de ser esa especie de receptáculo que espera ser afectada por los objetos. Esto quiere decir, que la conciencia cobra un dinamismo que la lleva a constituir el mismo mundo.”

De lo anterior se puede entender que la consciencia humana es un proceso de conexión entre las personas y su mundo de interacción, que se pone de manifiesto cuando los sujetos experimentan estados reflexivos de sus acciones para su posterior trascendencia en su vida diaria.

En éste sentido la consciencia nace de la relación del ser con el mundo, no quedándose en el mero acto de hacer o conocer algo, sino que esta vivencia trascienda para la vida de quien la experimenta, para buscar el equilibrio de la relación de su ser con el mundo.

### **5.7.1 CONSCIENCIA HUMANA**

Según los científicos y entre ellos el premio Nóbel Crick (2003) dice que la Consciencia Humana y la percepción de la particularidad de cada ser, se generan en un determinada área del cerebro situada en la parte posterior del córtex, lo que convierte dicho fenómeno en meros episodios de las reacciones bioquímicas del cerebro, esto según una de sus investigaciones realizadas, quien además es uno de los descubridores de la estructura del ADN.

De éste modo manifiesta que el cerebro Humano es un compendio de estructuras tan complejas que cumplen funciones tan especializadas que son casi perfectas en el proceso de desarrollo del ser humano en relación con los de su misma especie y su cultura.

Según Crick el córtex emerge como la región del cerebro donde se generan los procesos de la consciencia. Pues refiere el autor que es una sofisticada e interconectada red neuronal que sustenta la percepción a través de nodos que expresan cada uno de ellos un aspecto de la percepción.



De éste modo el homínido a lo largo de su existencia y en relación con sus semejantes, al igual que con su cultura va depositando consciencia elaborada en varios niveles; que según López (1997, 4) “que va desde lo puramente cotidiano, que sería la perspectiva de andar por casa, hasta un nivel o escalón más elaborado que sería la consciencia espiritual”. Es decir se entiende como la toma de consciencia de un cuerpo que se desplaza, e igualmente de su parte espiritual, desde el punto de vista mente-cuerpo, según el autor.

Por su parte López (1997, 6), dice que,

Los científicos están llegando a la conclusión de que la consciencia es algo parecido a un termostato, que percibe una situación externa, la procesa, y responde según la configuración de su programa. En nuestro caso, las situaciones externas serían los estímulos (la visión, el tacto, etcétera), y el sistema de procesamiento serían los circuitos neuronales que recorren las vías de análisis de la corteza cerebral. El que convirtamos esos estímulos en una obra de arte, en un drama o que ni siquiera nos inmuten dependería, siguiendo con la comparación, de la programación: la dotación genética, la estructura cerebral y las influencias ambientales.

Es decir que se da un proceso complementario entre las sensaciones que recibimos de un medio determinado y la unidad neuronal que es fundamental en el ser humano.

El ser humano es una perspectiva compleja del macrocosmos. Cada ser humano está dotado de un depósito propio de energía microcósmica denominada corporeidad. Esta unidad es toda una red de conexiones entre un todo, capaz de manifestarse en su pensar, actuar, expresar, comunicar, en su sentir, y en esta medida tener encuentros y desencuentros con la alteridad al igual que con el medio sociocultural, y de esta manera construirse humano.

Así la consciencia humana se torna un proceso dinámico y potenciable, que mediante la socialización, el sujeto construye y reconstruye su ser con el

mundo. Esta es particular para cada sujeto puesto que se produce una autorreflexión desde la vivencia colectiva, al estar cargada de subjetividades. Cuando nosotros pensamos o sentimos algo propio y personal sobre un aspecto determinado de nuestra vida, en realidad estamos contemplándonos a nosotros mismos como un foco de visión e interpretación del Cosmos único y exclusivo. El Cosmos existe, evoluciona, y se desarrolla a través de nuestra existencia, nuestra evolución y nuestro desarrollo. Luego la conciencia existe porque se refleja, es decir, percibe al otro, el Cosmos y se contempla en él.

La conciencia humana es reconocerse como sujeto en el mundo, es comprender que somos un todo, y que a la vez somos nada, es entenderse como sujeto particular, pero también como sujeto colectivo, es descubrirse con el otro y con lo otro partiendo de las experiencias intencionales y significativas.

La conciencia humana es una capacidad que se dinamiza entre los fenómenos opuestos, buscando reconstruir la vivencia humana, desde las relaciones intersubjetivas, que están cargadas de intencionalidad.

### **5.7.2 CONSCIENCIA CORPÓREA**

El esquema de fragmentación humana que se vivencia en la sociedad actual y que los procesos se tornan dinámicos, cambiantes, y agregándole el poder económico hegemónico que está por encima de la parte humana de las personas; deja entrever la necesidad de transformaciones que deben surgir de las reflexiones educativas respecto al tipo de personas que el mundo quiere y necesita; seres conscientes para afrontar con más humanismo los procesos de socialización entre las personas en función del bienestar y desarrollo de sus actores sociales, al igual que de su medio ecológico.

La Consciencia Corpórea puede ser definida como el darse cuenta de quien soy en el mundo, es decir asumirse como unidad multidimensional que está cargada de manifestaciones significativas e intencionales propias de cada ser humano en relación con la alteridad y el cosmos. En éste sentido lo corpóreo integra lo que está fragmentado del ser humano, lo cual le imposibilita encontrarse consigo mismo en fusión de su interacción con sus semejantes y la sociedad.

En este sentido la consciencia corpórea puede ser entendida como lo enuncia Trigo (2000, p. 190),

”Únicamente se podrá conocer a través de un proceso de introspección reflexiva que me va a permitir percibir y conocer el estado de mi corporeidad, por lo tanto, la noción corpórea no es algo que se pueda acumular o mantener de un día para otro, cada instante, cada momento, en función de los factores externos e internos que están actuando sobre mí, la noción de mi corporeidad se va a modificar y actualizar”.

Por lo cual se puede decir que el ser humano y el mundo se mueven en función de los opuestos, son procesos complementarios que permiten de una u otra forma el progreso de la evolución homínido y su medio ecológico. Lo bueno, lo malo, objetivo - subjetivo, el reír, el llorar, el hablar, el callar, lo bonito, lo feo, etc. Todos estos procesos se complementan uno de lo otro para formar las complejidades humanas y del mundo. Es decir sin lo uno no existe lo otro, puesto que surge una reciprocidad entre los factores, que a la vez están dentro de una unidad compleja, y es aquí, en esta dinámica de mundo y de sujeto donde se funda su ser consciente de su realidad consigo mismo, con los otros y sus medio.

En mismo sentido Genú (sf), reflexionando a Ponty, manifiesta que él no encuentra dualismo entre cuerpo-objeto en las experiencias que vive el ser; por lo cual se dice que:

Desde la acción corpórea el sujeto se comprende y comprende el mundo. Cuerpo-sujeto o cuerpo consciente es construido desde la acción intencional, por lo tanto soy corpóreo porque construyo mi auto imagen, consciencia, esquema corporal y corporeidad, en relación con el otro e intermediado por el medio social.

En esta perspectiva se puede señalar que la Consciencia Corpórea, es el resultado de la expresión vivenciada de esos procesos complementarios que circulan como fenómenos los cuales conllevan a una autorreflexión de las personas para asumirse como personas activas, críticas, que piensan, sienten, actúan, expresan y que lo hacen mediante los procesos de socialización que experimentan con los otros y con lo otro, desde acciones intencionales. En esta perspectiva la consciencia corpórea pone en vilo un proceso de tensión entre las polaridades y es de esta manera como trasciende lo multidimensional con manifestaciones intencionales del ser humano.

En este sentido Genú (sf), refiere que la consciencia corpórea, es el autoconocimiento, como la consciencia de sí, es decir lo corpóreo se manifiesta en la unidad del ser humano, en sus posibilidades, físicas, de pensamiento, de sus actuaciones, en sus sentimientos, su capacidad cognitiva, afectivas y sociales, dadas por sus relaciones con los otros y su medio histórico-cultural.

De esta manera el proceso educativo debe girar en torno a propiciar la consciencia corpórea de las personas, puesto que son ellos los que afronten las necesidades humanas a partir de su Formación Integral que les brinde el contexto sociocultural y en éste caso el contexto de Educación Superior.

### **5.7.3 ¿CUERPO MÁQUINA O CORPOREIDAD?**

Remitirse al concepto de CUERPO, es de nuevo retomar el paradigma mente-cuerpo, del cual hace referencia Descartes; que define lo corporal o cuerpo como lo que ocupa un lugar en el espacio, desde esta mirada el cuerpo es

fundamentalmente materia, que acoge la inmaterialidad de los sujetos, es decir mente-alma-espíritu. De allí que su comprensión y estudio se releguen a su materialidad, que en otras palabras se refiere a sus estados fisiológicos, químicos, anatómicos y biomecánicos del ser humano.

Del mismo modo en el siglo XVII Vesario reflexionado por Pérez y Samaniego (2001), en su “De Humani Fabrica”, quien recurría a la maquinaria como semejanza para hacer la descripción del cuerpo en sus componentes anatomo-fisiológicos del cuerpo; y de esta manera es como surge el paradigma cuerpo-máquina, donde lo mecánico de los objetos pasa a ejemplificar el funcionamiento corporal.

Según Colquhoun citado por Pérez y Samaniego (2001, p. 1), refiere que “la principal implicación de la comparación del “cuerpo máquina” en relación con el movimiento es la noción del cuerpo como instrumento de acción motriz”

En éste sentido el movimiento del cuerpo se relaciona con el de cualquier otro objeto que se mueva “cuerpo-objeto” y el cual se le puede medir, vigilar e investigar cuantitativamente.

Según el autor lo que surge es una noción utilitarista del cuerpo, dado que su movimiento es continuamente valorado en parámetros de eficiencia y eficacia de sus componentes fisiológicos, químicos, y biomecánicos, inmersos a la acción motriz.

En esta perspectiva se estructura una mira racional del cuerpo, que invisibiliza otros factores inherentes al sujeto en su forma de existir en el mundo, desde su sentir, pensar, actuar, comunicar, de posicionarse política, histórica y culturalmente en la sociedad

En éste sentido Barbero citado por Pérez y Samaniego (2001, p. 1) afirma que “el dualismo, representado por la metáfora del “cuerpo máquina”, es la concepción filosófica en la que se asienta el actual discurso hegemónico sobre el cuerpo humano en la Educación Física”

Es decir, el cuerpo como ya se mencionó adquiere una esencia de cuerpo-objeto-instrumento, en el sentido de potenciar mecánicamente su condición física y técnica, en aras de óptimos resultados a nivel biofisio-químico-mecánico y de su consumo cultural.

También se puede decir que en todas las épocas de la evolución del ser humano, el cuerpo ha sido centro de desprecio, sometimiento, humillación y en la edad media del cristianismo el cuerpo como repugnante vestimenta del alma. De éste modo pasa por un proceso de castigo corporal generando un desequilibrio en la humanidad.

También desde la psicomotricidad lo corporal se relaciona con la imagen y esquema corporal que los sujetos adquieren de su cuerpo en cuanto a sus segmentos, posturas y movimientos.

De otro lado Trigo y Rey (1999) citando al Diccionario de la Real Academia Española [DRAE], que define cuerpo como “lo que tiene extensión limitada y produce impresión en nuestros sentidos por calidades que le son propias.” En tal sentido las autoras interpretan de lo anterior como cuerpo – objeto, animal o cosa que ocupa un lugar en el espacio.

La segunda acepción que retoman Trigo y Rey del [DRAE], dice “en el hombre y en los animales, materia orgánica que constituye sus diferentes partes”. En éste sentido haciendo referencia a lo meramente motor. De éste modo lo corporal se

restringe sólo a un conjunto orgánico de huesos, tendones, músculos, fibras y glándulas que funcionan de forma mecánica.

Pero parece ser que es la parte corporal, lo que permite al ser humano expresarse o ponerse en contacto con los otros y con el mundo; en éste sentido Pérez y Samaniego (2001, p. 1) citando a Cagigal dice, “el individuo conoce el mundo a través de su entidad corporal (...) El hombre [sic] seguirá viviendo toda su existencia no sólo en el cuerpo, sino con el cuerpo y, de alguna manera, desde el cuerpo y a través del cuerpo”, es decir el sujeto entra en relación con el mundo desde su identidad corporal y a partir de allí se experimenta toda su existencia humana de su ser cuerpo.

En el mismo sentido Pérez y Samaniego (2001, p. 1) citando a Sartre “considera que el cuerpo y su vivencia son los principales medios a través de los cuales tomamos conciencia de nosotros/as mismos/as y de nuestro entorno”

Es decir la relación cuerpo – fenómeno, son relaciones reciprocas, a partir de las cuales, los sujetos toman consciencia de su existir en correspondencia con sus semejantes y el mundo. De esta manera se puede expresar que la vivencia del ser humano también es corporal, dentro de su ser multidimensional que encierra su cuerpo.

De éste modo complementan Trigo y Rey (1999) citando a Gruppe que dice:

Mientras que el animal se agota en su ser corporal, el hombre lo excede o lo supera... porque él no es solamente cuerpo, no sólo vive como cuerpo, sino que también se experimenta a sí mismo como cuerpo y vive su cuerpo como suyo; conoce su cuerpo, toma posturas frente a él, puede distanciarse de él: puede disponer de su corporeidad.

En tal sentido el cuerpo es mucho más que ocupar un lugar en el espacio; es ser corpóreo o corporeidad, de éste modo el ser se manifiesta con su ser

mismo, que es la integralidad de un todo que mantiene un entretreído de relaciones complejas.

Hablar de lo corpóreo es trascender de lo meramente orgánico, para comprender al ser humano desde su complejidad.

A esto refieren Trigo y Rey (1999):

El ser posee un cuerpo, pero no es un cuerpo exclusivamente objetual, es un cuerpo que vive, que es expresión. El humano ya no sólo posee un cuerpo (qué sólo hace), sino que su existencia es corporeidad, y la corporeidad de la existencia humana implica hacer, saber, pensar, sentir, comunicar y querer". No hay ser humano sin la unidad de estos seis aspectos. Esto es corporeidad humana (pienso y siento al tiempo que hago; actuó porque siento y pienso)

De lo anterior se puede decir que el ser cuerpo es corporeidad, desde su existencia en el mundo y que se vivencia desde una diversidad de dimensiones, que rompen con un paradigma instrumental del cuerpo, es decir en su funcionalidad de hacer un movimiento.

Por su parte Melich (1997, p. 78), dice "el cuerpo no es equivalente a la corporeidad. Cuerpo y corporeidad no se oponen al de un dualismo antropológico, sino que la corporeidad asume la dimensión física del cuerpo y se convierte en sujeto que, a su vez, trasciende lo orgánico". Es decir que el cuerpo que está en el mundo físico como un instrumento, es apropiado por la corporeidad complementando las relaciones complejas entre sus dimensiones, puesto que trasciende de lo meramente orgánico.

También dice Melich, (1997, p. 79) que la corporeidad es realidad, surgiendo del encuentro, y es fundamental para distinguir entre lo objetual, lo instrumental, y la alteridad. Y complementa diciendo:



El encuentro corpóreo no se reduce a un mero contacto físico, sino que en él se trasciende lo meramente orgánico. Ser corpóreo (Leib-*Sein*) significa abrirse a toda una serie de dimensiones antropológicas y sociales. Significa ser-si mismo, pero también ser tú, ser con y ser en el mundo.

Es decir el sujeto se torna en unidad multidimensional compleja la cual hace posible su construcción vital en su entorno vivencial. En relación a lo anterior la corporeidad a decir de Kolyniak (2005, p.34) es

Condición concreta de presencia, participación y significación del hombre en el mundo. Como condición objetiva, la corporeidad es el substrato sobre el cual se construye la motricidad. Como vivencia subjetiva, la corporeidad es fruto de la construcción de la motricidad.

Refiere a una reciprocidad entre las partes, donde ambos actores se complementan para enriquecer las dimensiones del sujeto y los procesos motricios que surgen de las relaciones del si mimos, con el otro y su mundo real.

En tal sentido lo corporal entendido como cuerpo – objeto, toma un posicionamiento en el marco de la corporeidad como cuerpo – sujeto; es decir lo corpóreo como unidad multidimensional, que se relaciona fenomenológicamente con su ser – mundo.

## **5.8. CAPACIDADES HUMANAS**

Encarta (2005) da un significado de capacidad y dice es “la aptitud, talento, cualidad que dispone a alguien para el buen ejercicio de algo.” Es decir que la capacidad esta inmersa en los seres humanos las cuales lo predisponen para su desenvolvimiento en diversas acciones con los demás y con el mundo.

La capacidad que cada persona tiene está relacionada con diversos factores en los cuales el ser crece e interactúa. De esta forma la capacidad está mediada

por factores biológicos, culturales, históricos, políticos, económicos, mitológicos, entre otros.

Pero el ser humano dada su complejidad goza no sólo de una sino de capacidades que de una u otra forma le facilitan integrarse a contextos donde él proyecte sus aspiraciones individuales y colectivas dentro de un marco sociocultural.

El ser humano desde el momento de nacer trae en sí predisposición biológica, características de la especie homínida. Pero el entrar en contacto con el mundo exterior lo complementa para todo su proceso de desarrollo en toda su dimensión compleja.

Es desde su unidad compleja, como se proyecta con diversas capacidades que le permiten entrar en reciprocidad con su ser mismo y la naturaleza. De éste modo el ser humano lleva inmersas unas capacidades, y desarrolla otras dadas las relaciones de retroalimentación entre lo biológico y lo cultural.

El ser humano es la integralidad de un compendio de relaciones, originadas en los procesos neurológicos y fenomenológicos que estructuran la unidad multidimensional que es el ser humano.

Desde su unidad multidimensional surge un sinnúmero de capacidades que se manifiestan en su sentir, pensar, actuar, expresar, comunicar, etc. Integrándolas como corporeidad que es la vivencia de dichas manifestaciones.

En tal sentido las capacidades humanas están envueltas en experiencias que el ser humano vivencia dentro de un “mundo significados”, que lo conllevan a ser actor de intencionalidades y de esta forma potenciar, reconocer, explorar, y

recrear sus capacidades humanas en aras de posesionarse como persona de relaciones intersubjetivas.

### **5.8.1 CAPACIDADES BASICAS**

El concepto de capacidades básicas se define a partir de un conjunto de funciones básicas que cualquier sujeto debe poseer para poder participar mínimamente en las diferentes esferas sociales. En esta medida las capacidades básicas constituyen el punto de partida que posee cada persona desde su complejidad para enfrentarse a su medio circundante, en otras palabras le posibilitan las acciones humanas y se produce una retroalimentación entre las partes, es decir que son complementarias.

Según Castañar (1993) tenemos tres tipos de capacidades básicas, a decir de las perceptivas, condicionales, y sociomotrices, que nos permiten entrar en relación con el mundo. Estas capacidades se complementan en un ir y venir de interrelaciones conjuntas.

De estas capacidades tenemos las perceptivo motrices como básicas en el desarrollo de los seres humanos, sirviendo como conexión entre los sujetos y su cultura.

Según otros autores el concepto de las capacidades básicas es muy interesante porque no se trata de entenderlo en términos solamente cuantitativos, sino también comprenderlas desde su función cualitativa.

Otros autores dicen que el concepto de las capacidades básicas se define en términos de una nutrición adecuada, salud, educación básica, deporte y vivienda.

## **5.8.2 CAPACIDADES PERCEPTIVAS**

A partir del foco humanístico que propone la Motricidad Humana, al reconocer al ser humano como unidad compleja multidimensional, pone en reflexión las capacidades perceptivas motrices desde el paradigma de la psicomotricidad, puesto que su esquema es la relación dicotómica cuerpo-psiquis.

Al asumir la corporeidad del sujeto en toda su multidimensionalidad, es entender que sus capacidades perceptivas no se remiten a lo meramente motor y cognición, sino que ellas son fundamentales para propiciar otros procesos que complementan el ser corpóreo desde su objetividad, subjetividad e intersubjetividad (con el otro) y su contexto de acción.

De éste modo el ser es corporeidad y se manifiesta mediante su motricidad que se hace presente por medio de acciones, fruto de unas capacidades que le permiten su crecimiento desde sus experiencias de vida consigo mismo, con los otros y su mundo.

Es así como las capacidades perceptivas según Rey y Trigo (2000, p, 102), señalan que “las capacidades perceptivas son aquéllas que ponen en relación la sensación sensitiva con la significación cognitiva para estructurarnos como personas”, es decir, como aquellas que posibilitan la vivencia del ser con su realidad y le permiten sentir, pensar, expresar, curiosar, crear, relacionarse, existir en su realidad sociocultural. Es por ello que se consolidan desde una intención crítica como fundamentos básicos de la Motricidad Humana.

## **5.8.3 Capacidades Perceptivas y Consciencia corpórea**

En palabras de Leder (1999), reflexionando a Ponty dice “la consciencia va a estar arraigada con lo perceptivo” ella hace referencia a lo perceptivo en sentido

de lo significativo para ese sujeto de la experiencia, puesto que involucra todo su ser, su ser-con el otro, su ser-en el mundo. Luego cita a Ponty quien agrega que, "cuando uno mira al otro no le mira los ojos le mira la mirada". De esta forma en palabras del autor se percibe todo el ser, y luego a posteriori, los sentidos se van diferenciando.

De éste modo hay una relación recíproca entre lo perceptivo y la consciencia de ser si mismo. Pero qué es percepción?. La percepción es entendida, como la interpretación que hacemos de nuestras sensaciones. Esto implica la actividad de nuestros sentidos de manera organizada y complementaria encontrando sentido en dichas sensaciones.

La sensación la entienden algunos autores como lo que sentimos como respuesta a la información que nos llega a través de los órganos sensoriales. En otras palabras la sensación se presenta como la vivencia que tiene nuestro ser con el mundo. Y que da significados a partir de la percepción.

Leder citando (1999) a Rossi dice "la percepción va a ser bisagra entre la consciencia y el mundo y entre la consciencia y el cuerpo" es decir que la percepción es la estructura que pone en relación la consciencia del ser si mismo, con la otredad y el medio de interacción.

De éste modo la consciencia corpórea y las capacidades perceptivas son inherentes y complementarias para la adquisición de consciencia de mundo. Desde un punto de vista de relaciones intencionales que surgen de las vivencias de los actores sociales.

Así refiere el autor que el mundo es un mundo de sentidos, de significaciones en donde el sujeto está inmerso, y en donde la significación se da desde el

comienzo. Que a decir de Ponty: “el mundo es antes vivido que conocido” es decir que primero ese contexto es recorrido “vivenciado”, y que a través de la capacidad perceptiva, toma ya según su perspectiva estructuración y sentido. Es decir consciencia de posibilidades de mundo.

Es de esta forma como las capacidades perceptivas ponen en relación a los sujetos en reciprocidad consigo mismos y su medio circundante. Esta en palabras de Leder se da por medio de la “vivencia”, es decir el fenómeno, la existencia en sí, el ser, la esencia, la significación. De éste modo lo que primero surge es la vivencia, después viene la comprensión de las sensaciones.

Según el autor la vivencia es tomada como una experiencia totalmente del orden de lo subjetivo, mejor dicho de lo "InterSubjetivo", porque incluye "al otro" en esta experiencia personal, en donde todo el ser del sujeto queda involucrado en un ser-del-mundo, donde el cuerpo y la significación componen la escena. Pero el cuerpo asumido desde lo corpóreo.

De éste modo las capacidades perceptivo motrices son pieza fundamental en desarrollo del ser humano; así tenemos que el ser corpóreo es percepción, llegando a una consciencia intencional que parte de una vivencia subjetiva e íntersubjetiva y en relación con su mundo.

## **5.9 CONCEPTO DE ACTIVIDAD FÍSICA**

En la actualidad la actividad física como medio para buscar el bienestar del ser humano, se ha convertido en tema de investigación y reflexión por parte de los docentes de la educación; para posibilitar que las personas se desarrollen de manera armónica en toda su humanidad.

Las definiciones de actividad física coinciden que es una acción, donde se produce un gasto energético por parte del individuo. Cabe decir, que esta en cada acto que el individuo hace durante su acontecer diario. Al respecto Romero (2003) la define como “toda acción motriz que ocasiona un gasto calórico. Incluye todo movimiento corporal realizado en la vida cotidiana de cualquier persona, hasta las exigentes sesiones de entrenamiento”.

Esto pone en evidencia que hay diversas formas de realizar una actividad física. Además sugiere que es de interés identificar cuales son las más beneficiosas para la salud de las personas. El refleja las actividades físicas en las siguientes acciones motrices. “Movimientos corporales que forman parte de la vida cotidiana de cada persona, relacionados además con el desempeño laboral, como caminar, cargar objetos, subir escaleras, conducir, realizar oficios caseros, otros; también las actividades recreativas, Los ejercicios físicos sistemáticos y el entrenamiento deportivo” (Deporte).

Así encontramos que la actividad física es la variedad de prácticas que están relacionadas con el diario vivir de los seres Humanos.

Para Arraez y Romero (2000) “Es una acción corporal a través del movimiento que, de manera general, puede tener una cierta intencionalidad o no; en el primer caso, la acción corporal se utiliza con unas finalidades-educativas, deportivas, recreativas, terapéuticas, utilitarias, etc.-, en el segundo caso, simplemente puede ser una actividad cotidiana del individuo”.

Aquí entra a jugar otro elemento importante que es de intencionalidad de la acción. Es decir que la actividad física debe tener una finalidad en la transformación de nuevos seres humanos. Es una herramienta por la cual el ser aprende, y encuentra sentido de su vida, en relación con su mundo externo.

De la misma forma Girginov citado por Reynaga (2001) dice “la Actividad Física es el movimiento Humano intencional\_ que como unidad existencial busca el objetivo de desarrollar su naturaleza y potencialidades no sólo físicas, sino psicológicas y sociales en un contexto histórico determinado”. De esta forma la actividad física cobra importancia en la medida que posibilita el pleno desarrollo de la multidimensionalidad de los seres humanos.

La actividad física es inherente en los seres Humanos y es un medio por la cual el ser desarrolla sus capacidades de diversas maneras y fines.

### **5.9.1 DEPORTE re-CREATIVO**

Ya para tener un acercamiento al concepto de deporte recreativo la Ley General del Deporte en México (2000) dice

El deporte es definido como la actividad o ejercicio físicos, individuales o de conjunto, que con fines competitivos o recreativos se sujeten a reglas previamente establecidas y coadyuven a la Formación Integral de las personas y al desarrollo armónico y conservación de sus facultades físicas y mentales.

Desde esta visión da complemento a los anteriores conceptos pero importante su finalidad formativa en el marco del desarrollo armónico de las personas.

En esta perspectiva éste concepto mexicano de deporte nos aproxima mucho más sobre el concepto de lo re-Creativo en cual se mueven las propuestas en el programa de Actividad Física formativa en la Educación Superior.

Veamos entonces el concepto de deporte según el programa de Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, propuesto por Ortiz (2001),

debe comprender los procesos de iniciación y fundamentación deportiva, lo cual significa que en éste deberían propender los procesos pedagógicos,



con carácter formativo y recreativo, sobre los procesos de entrenamiento de corte técnico, táctico, estratégico, con carácter competitivo y de perfección técnica” atendiendo a que la finalidad que se pretende en la Institución y en éste caso específico en el programa Actividad Física Formativa es apostarle a un deporte acorde, coherente y consecuente con los ideales de formación integral que en la actualidad se han trazado para la educación superior colombiana, tanto normativa como pedagógicamente donde se eduque a las y los estudiantes dentro de ambientes participativos, democráticos y creativos, para que estos desarrollen actitudes transformadoras, propositivas y se formen y actúen autónoma y críticamente a nivel social y profesional, de ahí que el deporte no sea el fin último sino un medio para la formación humana.

De esta manera la parte competitiva queda estipulada sólo dentro de los equipos que la Universidad propicia dentro del sistema de deporte y recreación.

Así el deporte recreativo se convierte en un medio pedagógico, donde cada estudiante esté de manera autónoma e interesadamente, con el fin de proporcionarle herramientas de una manera lúdica y recreativa para propender por la formación de su ser inacabado, que vive y expresa su corporeidad a través de la realización de acciones intencionales, las cuales lo proyectan hacia la trascendencia de su ser complejo donde construye y reconstruye, partiendo de realidades vivenciadas por los mismos educandos.

De esta manera hay una participación activa de las y los estudiantes en las diversas actividades que se proponen para las distintas sesiones que se orienten por parte de los educadores. Porque con el deporte recreativo el estudiante juega, pero sin la incertidumbre del ganar o el perder, sólo mediante lo lúdico del deporte como condición humana, deja entrever como una persona actúa, percibe e interactúa con el mundo que lo rodea. En determinada propuesta lúdica se pone en entretendido nuestro microcosmos, con el macrocosmos en el que vivimos; así se proyecta para la Formación Integral de

los educandos, en otra instancia formación para la vida plena y equilibrada de los seres humanos.

### **5.9.2 DEPORTE re-CREATIVO EN ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA**

El deporte re-creativo al asumir al ser humano como ser holístico, apropia que el mismo tiene la capacidad de construir de reconstruir su mundo; de esta forma los estudiantes son partícipes de los procesos de orientación en las clases de Actividad Física. Así el educando tiene la autonomía, libertad, responsabilidad para reconstruir otras acciones que les permita expresarse, proponer nuevas cosas, desde unas pautas dadas por su orientador; es decir que rompa con las normas establecidas para hacer dicho gesto técnico o otras actividades que se propongan, el hecho es que el, viva su corporeidad de una forma explorativa y creativa.

### **5.9.3 TAEKWONDO**

Etimológicamente, Taekwon-Do significa Tae: acción de pie, Kwon: acción de mano, Do: camino considerándolo no sólo como algo físico, ya que la practica y el estudio del Taekwon-Do constituyen una forma de vida.

Éste arte fue desarrollado por el Gral. Choi Hong Hi, entre los años 1945 y 1955. Hasta que el 11 de Abril de 1955 exactamente, Corea acepto el Taekwon-Do como su nuevo Arte Marcial. Surgió como una sabia mezcla entre el Karate japonés y el Tae Kion, antiguo arte marcial coreano.

Se dice que el Taekwon-Do es un arte, una ciencia y un deporte. Una ciencia, porque todos sus movimientos se basan en la Ciencia Moderna, especialmente en las leyes físicas Newtonianas que enseñan como generar el máximo de energía en cada acción.

Todas sus técnicas están diseñadas para producir el máximo de poder, de acuerdo a las formulas científicas y al principio de la Energía Cinética. El estudio del Arte del Taekwon-Do se divide claramente en dos partes: La perfección técnica y la disciplina espiritual.

El Taekwon -Do es un arte, un camino, una forma de vida; todas estas definiciones le cuadran, ya que engloba una serie de conceptos y principios por medio de los cuales se pretende un mundo más integrado y moral. El aspecto moral esta decididamente unido al Taekwon-Do desde su creación. Éste es el espacio donde uno puede descubrir valores que hacen más grande al ser humano como ser complejo.

El Taekwondo tiene como propósito principal la formación de sus estudiantes en personas integras mediante el desarrollo conjunto de su personalidad. Sólo en la integralidad de sus dimensiones se puede alcanzar el equilibrio de la persona haciéndose viable su desarrollo en pro de su bienestar.

Es decir el Taekwondo no sólo es un deporte para la competencia, o un sistema de defensa personal, sino un sistema integral de desarrollo pleno de la personalidad en toda su dimensión holística, por ende su practica debe adaptarse a las necesidades de cada persona y de acuerdo a unas necesidades que la educación en la sociedad persigue.

Es importante decir que toda la población humana de cualquier edad o sexo, puede de una u otra forma tener acceso a practicar dicho deporte, pero aquí juega mucho su visión que tenga de las prácticas que quiera realizar, ya sea competitiva, o en otro sentido para enriquecer su formación integral.

En el aspecto educativo el Taekwondo como deporte alternativo, permite servir de medio para la exploración de las distintas dimensiones de los estudiantes que son vitales para que los mismos encuentren un equilibrio dinámico en las relaciones que ejercen con sus semejantes y con su medio sociocultural.

La visión formativa que adquiere el Taekwondo como deporte re-Creativo apunta a favorecer positivamente en los proyectos de vida de los estudiantes, creando y recreando estrategias para explorar, descubrir y potenciar las dimensiones humanas de los estudiantes Universitarios.

El Taekwondo re-Creativo como deporte en el programa de actividad física formativa en el contexto universitario, se constituye como el medio para fortalecer el bienestar de los estudiantes en aras de su formación integral.

El Taekwondo es una Actividad Física que como medio educativo y desde la motricidad humana, busca que los estudiantes exploren su ser corpóreo y tomen consciencia de sí mismos, desde las experiencias vividas intencionalmente con los demás.

Se convierte en un deporte óptimo para la socialización de sus practicantes, donde la finalidad no es la técnica, sino la exploración de su corporeidad a través de las mismas. De éste modo es un espacio de encuentro de intersubjetividades y no de corporalidades, de esta manera se puede empezar a recuperar la alegría, el disfrute, el goce, el placer de la práctica de esta actividad.

En tal sentido, aquí el cuerpo se podrá concebir como múltiples posibilidades en el mundo, como consciencia de expresión de emociones, pensamientos y como

evento Humano de vivir y transformar el mundo y la vida, es decir su cuerpo como corporeidad.

## 6. CONTEXTO SOCIOCULTURAL

### 6.1 NACIONAL

Contando con los datos estadísticos publicados en la pagina virtual del DANE (2003) a nivel Nacional se encuentra que actualmente existen en Colombia 264 instituciones de educación superior y 47 seccionales, para un total de 311, de las cuales, 101 (32.5%) son estatales y 210 (67.5%) privadas. De las 264 instituciones, 67 son universidades, lo cual representa el 25.4%.

Estos datos los podemos apreciar más claramente en la tabla que se presenta a continuación donde las cifras demuestran que el número de universidades públicas es minoritario a comparación de las universidades privadas, esto según el (ICFES, 2003)

	2000	2001	2002	2003
<b>Matrícula Total Educación Superior</b>	934,085	977,243	1,000,148	1,035,006
<b>Matrícula Oficial</b>	336,391	368,108	416,722	447,188
<b>Matrícula Privada</b>	597,694	609,135	583,426	587,818
<b>Tasa Bruta de Cobertura</b>	19.9%	20.6%	20.9%	21.4%

La información proviene de las series estadísticas consolidadas por el Instituto Colombia para el Fomento de la Educación Superior [ICFES]. A partir de 2003, el Ministerio de Educación Nacional asumió la recolección, consolidación y validación de la información del sector. Se han detectado problemas de sobrestimación y subestimación de las estadísticas en algunas instituciones de educación superior, las cuales están en revisión para consolidar una fuente confiable de cifras para el sector.

### 6.2 LOCAL

A nivel local encontramos que nuestra ciudad cuenta con más de 22 Universidades entre la pública y privadas, donde dentro de las últimas se encuentran las acreditadas en estudios semi-presenciales.

A continuación se relacionan sólo siete (7) instituciones Educativas de educación Superior las cuales presentan las estadísticas de la población estudiantil universitaria matriculados durante el segundo periodo académico del 2003.

Estos son registros son obtenidos por la oficina del (DANE, 2003) con los informes más actualizados y entregados por dichas instituciones.

Tabla de estadística de la población Universitaria de Popayán

<b>UNIVERSIDAD</b>	<b>TOTAL ESTUDIANTES</b>
Fundación Universitaria de Popayán	648
Escuela Superior de Administración Pública – ESAP	56
Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD	596
Colegio Mayor del Cauca	573
Universidad Cooperativa de Colombia	2073
Corporación Universitaria Autónoma del Cauca	586
Universidad Antonio Nariño	355
Universidad del Cauca	11466
<b>TOTAL ESTUDIANTES</b>	<b>16.353</b>

## POBLACIÓN UNIVERSITARIA

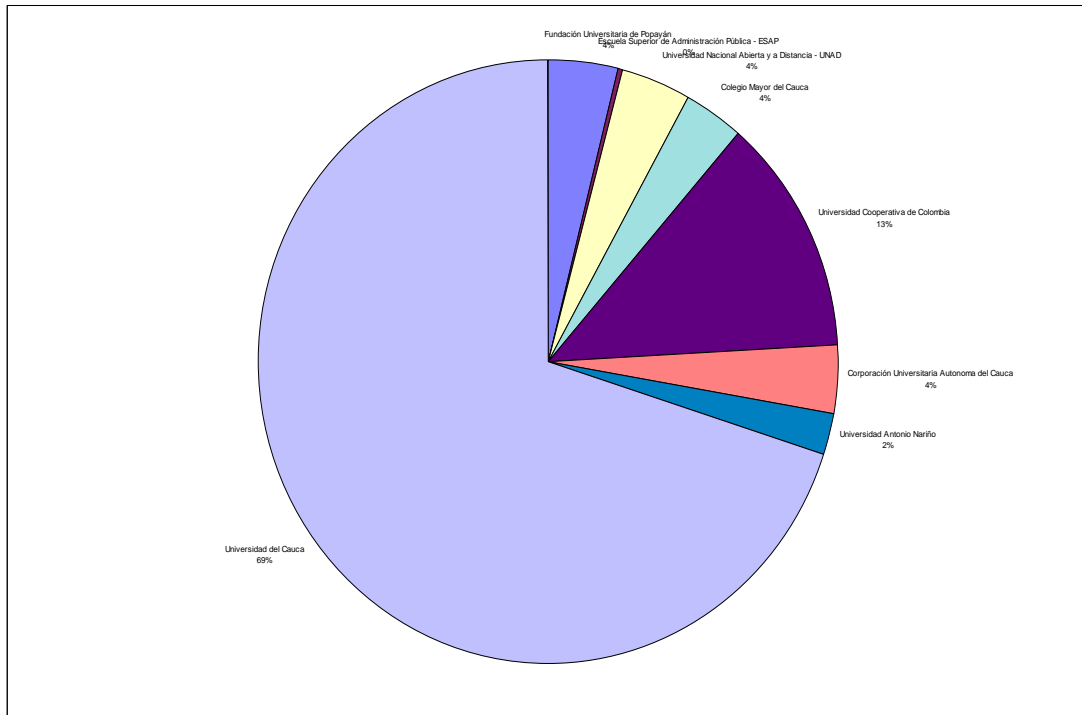


Gráfico de la Población por universidades (DANE 2003)

### 6.3 UNIVERSIDAD DEL CAUCA

Según su página virtual unicauca, (2006), la Universidad del Cauca fue fundada el 11 de noviembre de 1827 la cual fue la heredera del colegio-seminario Mayor de Popayán en los albores del siglo XVIII (siglo de las luces) bajo el gobierno de Francisco De Paula Santander, como vicepresidente encargado del poder del Reino de La Nueva Granada en Colombia.

La Universidad del Cauca desde dicha fecha se ha distinguido por brindar Educación Superior a sacerdotes, seculares héroes, figuras reconocidas como lo son: El filósofo José Félix de Restrepo, El sabio Francisco José de Caldas, Camilo Torres, Francisco Antonio Zea, José Hilario López entre otros personaje más; por esta razón cabe destacar la frase del Expresidente Laureano Gómez



citado por Rodríguez, (1973) que dice: “en las aulas de la Universidad del Cauca se conserva el hábito de la sabiduría que amaestró los próceres más insignes”.

Actualmente esta Institución de Educación de tercer nivel vela por la formación de seres humanos profesionales de alta calidad, que a partir de las variadas áreas y conocimientos que allí se ofrecen puedan crear, innovar e interactuar con las diversas culturas de nuestra sociedad donde se coloquen en práctica el desarrollo humano para el mejoramiento de la calidad de vida de la humanidad en general.

Es así como desde finales del año de 1999 la Universidad del Cauca estructura y presenta el nuevo Proyecto Educativo Institucional [PEI] acogiéndose a los procesos de acreditación propuestos a nivel Nacional por la ley 30 de 1992, es ahí donde define la misión, visión, principios y objetivos universitarios que forman parte de la cultura institucional.

### **6.3.1 Misión**

La Universidad del Cauca es una institución de educación superior, pública, autónoma, del orden nacional, creada en los orígenes de la República de Colombia.

La Universidad del Cauca, fundada en su tradición y legado histórico, es un proyecto cultural que tiene un compromiso vital y permanente con el desarrollo social, mediante la educación crítica, responsable y creativa.

La Universidad forma personas con integridad ética, pertinencia e idoneidad profesional, demócratas comprometidas con el bienestar de la sociedad en armonía con el entorno.

La Universidad del Cauca genera y socializa la ciencia, la técnica, la tecnología, el arte y la cultura en la docencia, la investigación y la proyección social.

### 6.3.2 Visión

La Universidad del Cauca, fiel a su lema "Posteris Lvmen Moritvrvs Edat", tiene un compromiso histórico, vital y permanente con la construcción de una sociedad equitativa y justa en la formación de un ser humano integral, ético y solidario.

### 6. 3.3 Principios

- **La Convivencia y la Tolerancia**, necesarios para la consecución de la paz nacional.
- **La Honestidad y la Responsabilidad**, dentro de la pluralidad ideológica y el respeto a los derechos individuales y sociales.
- **La Valoración Integral del Ser Humano**, superando toda forma de discriminación e inequidad.
- **La Libertad y la Autonomía**, principios esenciales para formar personas capaces de decidir en libertad y con responsabilidad.
- **La Democracia y la Participación**, en el marco de un Estado Social de Derecho que garantice el pleno desarrollo individual y social.

Al igual que la reforma planteada por la universidad en el marco de su PEI encontramos también que existen reformas a nivel de la estructura curricular de los diferentes programas académicos con el propósito de brindar una mejor Formación Integral de los estudiantes.

Dada la necesidad de aplicar el sistema de créditos establecidos por el Decreto 808, desde el año 2002 se ha propuesto que los programas de formación en pregrado estén conformados por los siguientes tipos de asignaturas o espacios de formación:

- **Básicas.**

Son aquellas referidas a los campos de las ciencias naturales, exactas, humanas y sociales, que ofrecen los fundamentos teóricos y metodológicos para la formación disciplinar (básica disciplinar) y profesional (básica profesional), así como las actividades académicas que sean requisitos generales de la institución o del programa para la formación de la persona que pretende la Institución y el programa (básica formativa). Estas asignaturas y actividades son condición sine qua non para la obtención del título respectivo.

- **Electivas.**

Son aquellas de libre elección por parte del estudiante y que le permiten, según sus intereses, complementar y profundizar en campos específicos de las disciplinas (electivas disciplinares), de la profesión (electivas profesionales) y de su desarrollo personal (electivas de desarrollo personal: en los aspectos intelectual, emocional, ético, estético y físico del estudiante, en cualquiera de los campos de la ciencia, la técnica y las artes que la Universidad ofrece).

Para efectos de la organización de los planes de estudio, dichas asignaturas se distribuirán por áreas, tal como lo exigen los decretos de estándares de calidad, proponiéndose la siguiente organización general:

- Fundamentación
- Formación disciplinar
- Formación profesional, la cual incluye las actividades y prácticas profesionales
- Desarrollo personal (Incluye: Formación Humanística y Formación Ciudadana)

#### **6.3.4 Elementos Curriculares Transversales**

Uno de los propósitos fundamentales de la reforma curricular que se ha emprendido en la Universidad del Cauca desde el año 2001, es el de definir un conjunto de elementos estructurales de la acción curricular que han de ser comunes a todos los planes de estudio de pregrado. Algunos de ellos corresponden a asignaturas o cursos regulares, desarrollados a manera de seminarios. Otros corresponden a espacios diferentes, a manera de proyectos, pero que, igualmente, serán requisito parcial para la obtención del título respectivo. En éste último sentido, se pretende reconocer algunos procesos que aportan, desde diferentes dimensiones y metodologías, a los procesos formativos de los universitarios y a la cotidianidad de la vida institucional y social.

Los elementos aludidos corresponden, entre otros, a los procesos de:

- Investigación: que, en sus múltiples modalidades y posibilidades, se consideran eje fundamental de la actividad académica, puesto que desarrollan y afianzan, en los estudiantes y profesores, los fundamentos ontológicos, epistemológicos, éticos y profesionales.
- Aprendizaje de la Lengua Materna: que mejoran las habilidades y competencias lectoras y escritoras de nuestros universitarios, como base fundamental para la formación de personas capaces de comunicarse en el desempeño de sus roles sociales y profesionales.
- Aprendizaje de Lenguas Extranjeras: que aportan el dominio de una segunda lengua, requisito indispensable para el desempeño satisfactorio en un mundo globalizado, multicultural y competitivo.
- Formación Ciudadana: que permiten a las instituciones de educación superior aportar, de manera integral y formativa, a la estructuración de valores sociales que capacitan a los universitarios para el reconocimiento mutuo y la construcción en la diferencia entre culturas, religiones, etnias y naciones.

- Educación Física: que retoman el antiguo concepto griego de “mente sana en cuerpo sano”, apuntando a que todos los universitarios sean activos partícipes de una cultura del auto cuidado de la salud.
- Educación Ambiental: que contribuyen, desde la universidad, al desarrollo de actitudes favorables a la protección, conservación y sostenibilidad del patrimonio ambiental colombiano y, en general, de los ecosistemas.
- Educación Estética: que propician los sentidos de pertenencia, por parte de los universitarios, respecto a valores y expresiones propias de las identidades culturales particulares de cada comunidad, así como de las que caracterizan a cada una de las regiones de nuestro país y a la nación como un todo.

#### **6. 4 Población Estudiantil de la Universidad del Cauca**

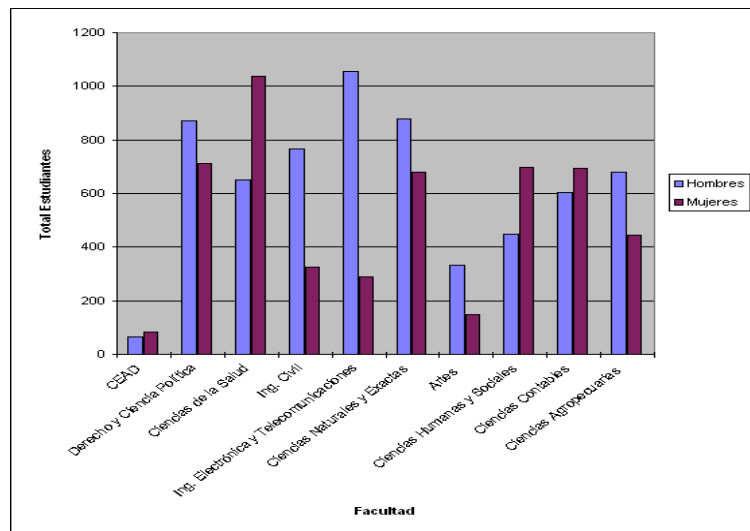
Nuestra Universidad, como única institución Educativa pública de Popayán, cuenta con el mayor número de estudiantes y programas académicos entre presenciales y semipresenciales. Además cuenta con instalaciones propias distribuidas en nueve Facultades como son: Ciencias de la Salud, Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación, Ciencias Humanas y Sociales, Derecho y Ciencias Políticas, Artes, Ciencias Agropecuarias, Ingeniería Civil, Ingeniería Electrónica y Telecomunicaciones y Ciencias Económicas y Contables.

Así como anteriormente se describieron las estadísticas de la población estudiantil universitaria a nivel de todas las instituciones locales; a continuación se describe la población estudiantil del Alma Mater matriculada en el año (2004), por facultades y genero:

<b>FACULTAD</b>	<b>HOMBRES</b>	<b>MUJERES</b>
CEAD	64	82
Derecho y Ciencia Política	871	711
Ciencias de la Salud	651	1037
Ing. Civil	766	327
Ing. Electrónica y Telecomunicaciones	1057	289
Ciencias Naturales y Exactas	878	681
Artes	331	149
Ciencias Humanas y Sociales	450	696
Ciencias Contables	605	695
Ciencias Agropecuarias	681	445
<b>TOTAL</b>	<b>6354</b>	<b>5112</b>

Tabla de estadística de la población estudiantil, Universidad del Cauca

### GRAFICA Nº ESTUDIANTES POR FACULTAD



## **6.5 PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA**

El nuevo Programa Actividad Física Formativa que reemplazó al Deporte Formativo en la Universidad del Cauca, es un programa del área de desarrollo personal de carácter académico, propuesto por el Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte e implementado en junio del 2001 por las Vicerectorías Académica y de Cultura y Bienestar; actualmente es ofrecido y dirigido por el Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte a los estudiantes de pre-grado del Alma Mater.

El programa de Actividad Física Formativa surge con el fin de que sea un espacio donde se propicie la formación Humana y social de las y los estudiantes de pregrado, y cuyo objetivo es de apostar a los procesos de Formación Integral que propende cada programa académico en particular y en general la Universidad.

Éste espacio Universitario con enfoque de formación integral, rompe con un paradigma de deporte, el cual se limitaba a la competencia y sólo ofrecía una serie reducida de deportes que por lo general son los más comunes. En tal sentido no se enfocaba relacionadamente con las intenciones y lineamientos de diversidad, pluralidad e interculturalidad que se proponen y establecen para la Educación Superior Colombiana tanto la constitución política, como en las leyes, decretos y normas reglamentarias que sobre educación rigen desde 1992 en el país.

De otro modo, emprender el desarrollo de los estudiantes desde su ser complejo a través de la Actividad Física Formativa, deja entrever la gama de posibilidades para trabajar institucionalmente la Formación Integral en el ámbito de la formación humana; de esta manera se agregan actividades y acciones pertenecientes al ámbito recreativo, lúdico, artístico y/o estético, las cuales a los

educandos no sólo les podría gustar sino también darles otras posibilidades para que enriquezcan su Formación Integral en la Universidad.

Se debe recordar que Ortiz (2001) apoyándose en Moreno indica que “la Actividad Física se puede diferenciar por sus objetivos de vista social; puede tener como objetivo la producción material, como en la esfera laboral o artístico expresivo con la danza, el teatro y las artes plásticas; como una forma lúdica y ocupación constructiva del “tiempo libre”, servir de medio de educación o utilizada en recuperación o promoción de la salud, o bien sea para servir a la competencia como el deporte.”

De éste modo la transformación del deporte formativo en Actividad Física Formativa, permitirá en la Universidad la gama de estrategias para buscar la formación integral, mediante la variación de las Actividades Físicas, introduciendo entre ellas actividades no convencionales y alternativas, como Yoga, el Tai-Chi, la Danza, Artes Plásticas, la Expresión Corporal, el Teatro, las Caminatas, los Aeróbicos, la Musculación entre otras, y de otro lado las practicas deportivas tradicionales, como el Fútbol, Baloncesto. Voleibol, Atletismo, Natación, Microfútbol, Judo, Taekwondo, Aikido, Karate-do, Ajedrez, Tenis de mesa, etc, que se abordan desde una lógica educativa, con finalidad formativo en pro de la humanización del ser.

En esta perspectiva la Actividad Física, brinda diversos espacios en los cuales los estudiantes encuentren satisfacción y contribuya en su labor formativa.

De igual forma esta área académica está apoyada en la Motricidad Humana, lo corpóreo y lo lúdico, que desde una mirada más humana busca la potenciación de lo humano, haciendo énfasis en el autodescubrimiento de sus posibilidades



que le brinda su ser corpóreo de las y los estudiantes en pro de su formación integral.

La corporeidad de los educandos como la vivencia de la Motricidad, encuentra en la Actividad Física Formativa el medio para socializarse con el otro y con lo otro, y de esta forma reconocerse como persona que vive, siente, piensa, actúa, comunica, a través de su ser corpóreo, en relación de si mismo, con el otro y su mundo actual.

En tal sentido la Actividad Física como capacidad de la Motricidad humana, y desde su acción educativa debe propiciar en las y los estudiantes de pregrado, un proceso de formación integral, no quedándose sólo en la parte de su carrera profesional, sino también integrar su parte más humana, que ahora más que nunca necesita la sociedad y el mundo conflictivo que las personas afrontan.

A través de éste espacio académico apoyado desde la motricidad, lo corpóreo y lo lúdico, favorece el desarrollo de la educación superior desde una concepción de formación y de carácter y enfoque integral, en que desde el currículo a las y los estudiantes de pregrado se le ofrezca la oportunidad de potenciar su formación personal en lo humano trabajando en pro del auto-descubrimiento de sus potencialidades, posibilidades motricias y la consolidación de su corporeidad y de su formación ciudadana, fortalecimiento su sentido de pertenencia con la Universidad y de identidad con su cultura, con el fin de incidir su estilo de vida personal y ayudar al mejoramiento de su calidad de vida.

## 7. DISEÑO METODOLOGICO

Proceso investigativo de enfoque o paradigma cualitativo llevado a cabo en el desarrollo de una intervención pedagógica en los cursos de Taekwondo re-Creativo del Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, que fue guiado en primera instancia desde la Sistematización de Experiencias, ya que sin experiencias no hay sistematización posible o búsqueda de nuevos sentidos humanos.

Se puede decir que sistematizar es un proceso por el cual se guía un investigador, en este caso el docente, para encontrarle un sentido a sus prácticas pedagógicas que desarrolla en las instituciones escolares, y aquí esta inmersa la Universidad como parte de la escuela de la vida y por ser centro de la Formación Superior Formal, donde se desenvuelve este reflexionar pedagógico.

En este sentido, muchos son los conceptos que mueven la sistematización de experiencias, dado el diverso pensar e intencionalidad de los investigadores; desde esta mirada aquí se conceptualiza con lo que aporta Moncada (1998), quien desde su visión, se adapta a este proceso de sistematización realizado en la Universidad del Cauca, en su Programa de Actividad Física Formativa.

De este modo Moncada (1998, p 17), refiere que sistematizar es “un proceso metódico, sistemático y ordenado que permite la reflexión de una experiencia para comprenderla, mejorarla y comunicarla”

El mismo autor aborda sus tres componentes semánticos a través de los cuales se ven las características y los propósitos de la sistematización.

El primero se refiere a: “**lo que hacemos**”. El cual hace referencia a procesos concretos, a experiencias, la sistematización está umbilicalmente comunicada a con una acción práctica, es una categoría en donde no existe desacuerdo alguno a pesar de los diferentes enfoques; de este modo Jara citado por Moncada (1998, p 11) manifiesta que, “estamos hablando de experiencias vitales cargadas de una enorme riqueza acumulada de elementos que en cada caso, representan procesos inéditos e irrepetibles. De allí que sea tan apasionante, como exigente, la tarea de comprenderlas, extraer sus enseñanzas y comunicarlas”. También Moncada (1998, p 12) citando el Taller Permanente de Sistematización-CEAL, Perú, quien refiere, “sin practica no hay sistematización posible y ésta tiene como finalidad volver a la práctica para reorientarla desde lo que ella misma enseña”

El segundo elemento que expresa Moncada (1998, p 12) es: “**Reflexionar y comprender** lo que hacemos”. El autor refiere que así la sistematización esté en estrecha relación con experiencias concretas, no basta la narración, descripción o el recuento de la práctica, puesto que de todas maneras en su desarrollo están implicados procesos reflexivos, comprensivos, explicativos y teóricos. De este modo agrega que la reflexión y la comprensión están en un vínculo cercano de producción de conocimientos; al respecto Moncada (1998, p 12), citando a Jara, quien señala que “el ejercicio de sistematizar es un ejercicio claramente teórico, es un esfuerzo riguroso que formula categorías, clasifica, y ordena elementos empíricos, hace análisis y síntesis, inducción y deducción, obtiene conclusiones y las formula como apoyo a la teorización y a la verificación práctica”.

También se muestra que la reflexión y la comprensión aunque cercanos son dos conceptos de categoría distinta, la reflexión hace referencia a la indagación,

a la problematización, a la interrogación, y el segundo, está más vinculado con la explicación, la argumentación y la explicitación.

El tercer electo que nos plantea Moncada (1998, p 13) es: “**Comunicar**” de este modo dice el autor, que la sistematización ya supuso un distanciamiento de la práctica para observarla, para interrogarla, para descubrirla, pero la comunicación supone también otro nuevo distanciamiento porque exige preguntarse qué de la experiencia y de la sistematización es importante y relevante comunicar, y claro está aparece la pregunta ¿cómo comunicarlo?, lo que según el autor no solamente supone una reflexión sobre la organización del discurso sino también de asuntos técnico referidos a la presentación de los productos y resultados de la sistematización.

Cabe señalar que a partir de su esencia crítica y flexible, permitió abrirse a las posibilidades según investigador; esto ocasionó que tomara un giro hacia un proceso investigativo para develar una realidad indagada desde una propuesta pedagógica. En esta perspectiva el Taller Permanente de Sistematización del Perú, [TPS], citado por Coppens y Van de Velde, (2005, p, 13), dicen que:

Entendemos la sistematización como un proceso permanente, acumulativo, de creación de conocimientos a partir de nuestra experiencia de intervención en una realidad social. (...), aspira a enriquecer, confrontar y modificar el conocimiento teórico actualmente existente, contribuyendo a convertirlo en una herramienta realmente útil para entender y transformar nuestra realidad.

Con lo anterior se denota la gran posibilidad que permite la sistematización de experiencias para la generación de nuevos conocimientos desde la experimentación o la indagación de una propuesta pedagógica. Esto permite que esta investigación desde la sistematización de experiencias comprenda sobre la realidad que vivencian las y los estudiantes sobre sus procesos de consciencia corpórea inmersos en una práctica pedagógica desde el curso de Taekwondo re-Recreativo.

En segunda instancia desde la Teoría Fundamentada como **Estrategia Metodológica**

Así, la Teoría Fundamentada, tiene sus orígenes desde dos sociólogos, Glaser y Strauss en 1967, según Strauss y Corbin (2002, p, 10), que mencionan que la Teoría Fundamentada es una teoría que surge del análisis de unos datos recolectados de un fenómeno social. Se puede decir que su característica clave es el método de comparación constante, un proceso analítico inductivo en el cual se da un juego entre la recolección y al análisis de los datos.

De igual modo para Sandoval citado por Murcia y Jaramillo (2000, p, 2), refiere que la Teoría Fundada,

Es una Metodología General para desarrollar teoría a partir de datos que son sistemáticamente capturados y analizados; es una forma de pensar a cerca de los datos y poderlos conceptualizar... . Aun cuando son muchos los puntos de afinidad en los que la teoría fundada se identifica con otras aproximaciones de investigación cualitativa, se diferencia de aquellas por su énfasis en la construcción de teoría.

En éste proceso el investigador es el sujeto primario en la recolección y análisis de los datos. Su sensibilidad teórica le permite desarrollar teoría que está fundamentada en los datos. Esto supone intromisión, comprensión y habilidad para hacer sentido de lo pertinente. En éste sentido De la Cuesta citado por Murcia y Jaramillo (2000, p, 2), “considera que su objetivo es el de generar teoría a partir de textos recogidos en contextos naturales y sus hallazgos son formulaciones teóricas de la realidad”.

## **7.1 HILO METODOLÓGICO**

Aquí, se visibiliza el proceso llevado a cabo en la investigación, en correspondencia con la recuperación, análisis de los datos, técnicas e instrumentos utilizados, actores involucrados, descripción de los cursos de Taekwondo re-Creativo, entre otros.

## **DOS MOMENTOS**

### **1. RECUPERACIÓN DE LOS DATOS**

#### **PROCEDIMIENTO:**

##### **Cosechando la información.**

Para ello, se tuvo su apoyo en técnicas e instrumentos para la recuperación de la información, por lo cual se hizo una recuperación descriptiva de las diversas experiencias que surgieron durante el desarrollo de las sesiones de la práctica pedagógica, en los cursos de Taekwondo re-Creativo.

##### **Primeros datos.**

Aquí, se hizo una recuperación descriptiva de las vivencias que las y los estudiantes tuvieron durante su experiencia en las sesiones de Taekwondo re-Creativo; en tal sentido y como apoyo al proceso de sistematización que se daba, se optó por utilizar como instrumentos el Protocolo, Diario de notas y grabaciones que fueron importantes para esta investigación.

Así, en primer momento, en la recolección de la información en los protocolos, se hizo en forma colectiva con las y los estudiantes asistentes a cada sesión de clases; aquí, el sentir de ellos fue importante para recuperar sus experiencias frente a lo vivido en cada sesión en el curso de Taekwondo re-Creativo.

## **2. ANÁLISIS DE LOS HALLAZGOS**

### **PROCEDIMIENTO:**

#### **Seleccionando la información**

Ya con todo un gramaje de informaciones recuperadas desde la visión de la Sistematización de Experiencias, ahora se complementó con el proceso investigativo, lo cual permitió hallar nuevos sentidos desde el proceso de análisis de la información, dado por los métodos cualitativos de comprensión de la realidad, que se orientaron desde la Teoría Fundamentada como estrategia metodológica; aquí, en el proceso de análisis se da una interacción entre los datos y el investigador.

#### **Proceso de análisis de los datos**

Strauss y Corbin (2002, p, 61), proponen unas pautas para el análisis de los datos que se abordaron durante la investigación; estos procedimientos fueron, microanálisis (análisis línea a línea), codificación abierta donde se identifican los conceptos, codificación axial, que fue relacionar las categorías con las subcategorías y también la codificación selectiva, que integra y depura las categorías.

Ya en todo este proceso se consolida la categoría núcleo o matriz donde gira todo el fenómeno indagado, construyéndose teoría sustantiva alrededor de ella y apoyándose en los relatos que sustentan la codificación realizada. Después de tener la teoría sustantiva se puso en comparación con la Teoría Formal y al final de esa comparación surgió la Teoría Emergente.

#### **Encuentro de Teorías**

Este proceso fue un trabajo dispendioso y complejo donde fluyeron en continua discusión la teoría sustantiva, la teoría formal y la teoría que emerge de esa

continua relación. Primero se construyó la teoría sustantiva apoyada desde los relatos de los protocolos, luego se alimentó con el trabajo de recolección de información a profundidad donde se utilizó el Grupo Focal o entrevista focalizada.

En cuanto a instrumentos de apoyo en las sesiones de trabajo, se utilizaron los diarios de notas y grabaciones; estos instrumentos fueron herramientas de apoyo para el proceso de recolección de la información que recopilamos redacciones en el cuaderno de campo y también informaciones de tipo audio.

Así, ya surgida la información se procedió a nutrir la teoría sustantiva que se había construido hasta el momento, lo que ocasionó que se ampliaran los constructos teóricos; ya culminado este proceso se procedió a confrontar los datos con teoría formal, teoría proveniente de autores que se relacionaran con lo que había surgido de teoría sustantiva, de ese modo se avanza se confrontan los datos y donde se produjo un encuentro y desencuentro de teoría, complementado con la visibilización de lo que mostró la realidad que vivieron las y los estudiantes en el curso de Taekwondo re-Creativo de programa Actividad Física Formativa.

## **TÉCNICAS UTILIZADAS**

### **La Observación Directa.**

La observación es una técnica que se utiliza mucho para analizar el vivir social de los colectivos humanos. También es muy frecuente su uso cuando se intenciona primar las experiencias de los sujetos de su existir en el mundo. De éste modo, la observación permite obtener información sobre vivencias o situaciones tal como se promueven.



En esta técnica de trabajo de campo el investigador se involucra en los escenarios cotidianos de los informantes para extraer información a partir de lo que va observando. Se le llama participante porque se toma en cuenta el papel del investigador dentro de las dinámicas locales que está estudiando.

La observación directa es una técnica cualitativa basada en la observación detallada que facilita el registro inmediato de las prácticas sociales: Relaciones sociales, dinámicas, juegos de poder, hábitos de consumo, toma de decisiones, entre otros. Esta se fundó en esta investigación, desde una reflexión colectiva y un cuestionario al final de cada sesión de clase en el curso de taekwondo, donde se indagó a los educandos sobre sus experimentaciones en el curso.

Así, se llevo a cabo la observación desde campo de la realidad que vive el educando en su espacio de aula de clases. Decir que esta observación está en correlación con lo que se quiere investigar, lo cual orienta aspectos, tales cómo, lo que se observa, quién es observado, cómo se observa, cuándo se observa, cuándo se registran las observaciones, qué observaciones registrar.

### **El Grupo Focal.**

El Grupo Focal es una técnica que a decir Korman, citado por Aignerren (2002), la define como, “una reunión de un grupo de individuos seleccionados por los investigadores para discutir y elaborar, desde la experiencia personal, una temática o hecho social que es objeto de investigación”.

Así mismo Merton citado por Aignerren (2002) en su artículo “la entrevista focalizada”, define unos parámetros para el desarrollo de los grupos focales; expresando que:

Hay que asegurar que los participantes tengan una experiencia específica u opinión sobre la temática o hecho de investigación, requiere de un guión de funcionamiento que reúna los principales tópicos a desarrollar hipótesis o caracterizaciones y que la experiencia subjetiva de los participantes sea explorada con relación a las hipótesis investigativas.

En esta perspectiva las entrevistas logradas mediante la estrategia de grupos focales tienen como propósito registrar cómo los participantes elaboran grupalmente su realidad y experiencia. Como todo acto comunicativo tiene siempre un contexto (cultural, social), entonces el investigador debe dar prioridad a la comprensión de esos contextos comunicativos y a sus diferentes modalidades.

Las entrevistas focalizadas que se constituyeron en grupos donde se discutía sobre unas temáticas correspondientes a las vivencias de los estudiantes en el curso de Taekwondo re-Creativo.

## **INSTRUMENTOS:**

### **Diario de Notas y Grabaciones**

Estos instrumentos fueron herramientas de apoyo para el proceso de recolección de la información que recopilaron redacciones en el cuaderno de campo y también informaciones de tipo audio. El diario de notas y las grabaciones se convirtieron en registros vivos de los procesos interactivos que vivieron los autores en el desarrollo de la práctica pedagógica. Con ellos se recupera extensas informaciones que se hacen imposibles de memorizar.

El diario de notas estuvo presente durante todo el proceso de la práctica pedagógica en el cual se registraban muchas informaciones que se relacionaban con el problema de indagación. En cada sesión estuvo presente el diario de notas que ayudó en la recreación y el análisis de diversas

manifestaciones que se relacionaban en el proceso formativo. Tanto el profesor como los estudiantes guardaron registro de sus percepciones por medio del cuaderno de notas, dadas las múltiples sensaciones, vivencias, acciones; decir que este diario de notas estaba guiado con unas preguntas para su redacción en torno al fenómeno indagado. De otro lado las grabaciones se utilizaron al final del proceso en las entrevistas focales, que facilitaron la recuperación de importante información.

### **El Protocolo**

En tal sentido el protocolo es un instrumento que pone en evidencia acciones interactivas acontecidas en un contexto determinado, éste visibiliza los encuentros y desencuentros entre los actores que forman un colectivo; en otras palabras permite apreciar el flujo de relaciones que se vivencian de acuerdo al objeto específico de encuentro, surgiendo dificultades, posibilidades e incertidumbres desde la interpretación de los actores de la experiencia.

Por lo cual Jaramillo (2006, p, 2), refiere que,

El protocolo es un documento académico, es la memoria colectiva de una sesión que expresa sintéticamente lo que se dijo y se discutió en ella; sus puntos de convergencia o divergencia, sus hipótesis, problemas o interrogantes; está orientado más hacia la descripción-interpretación del contenido que hacia el desarrollo mismo del seminario o evento.

Lo cual es en esencia una construcción colectiva que posibilita recuperar una experiencia vivida dentro de un contexto social, que a referencia de Moreno citado por Jaramillo (2006, p, 2), refiere que “el protocolo trasciende, reconstruye y recrea lo trabajado en un grupo”, es decir visibiliza críticamente las acciones de una serie de situaciones vividas por unos sujetos.

### **CÓDIGOS**

En esta perspectiva durante la recolección de la información mediante la utilización de las diversas técnicas e instrumentos, se hizo necesario, luego del proceso de codificación, formular unos códigos que permitieran identificar la fuente donde se desprendía dicha información cuando se hizo la respectiva reagrupación, esto permitió que la información se organizara y se le diera un buen manejo a la hora del proceso de análisis. Por lo cual los códigos fueron los siguientes:

### **En los Protocolos**

Aquí, para tener en cuenta los códigos se hicieron así; P1 (protocolo) y numero de la sesión realizada.

### **En el Grupo Focal**

En ello se tuvo en cuenta para los códigos lo siguiente; GF, (grupo focal), el 5 (numero de sesión), p 3, (párrafo a que corresponde)

## **POBLACIÓN**

### **LOS GRUPOS INTERVENIDOS**

A continuación se presentarán los cursos del II periodo de 2005, los cuales en total fueron cinco (5):

Los cinco cursos se distribuyeron, cuatro en la semana, entre los cuales dos estuvieron el lunes, y dos se encontraban el viernes, en la mañana y en la tarde, mientras que en el fin de semana, a decir del sábado se ubicaron el otro grupo en el espacio de la mañana. De manera general el total de educandos fueron de 69 inscritos. En su mayoría hombres y se puede decir que con buena

acogida por parte de las mujeres. Con cada curso se orientó una sesión semanal.

En segunda instancia se caracterizan los cursos de I periodo académico de 2006:

Los dos cursos se distribuyeron entre viernes y sábado, uno se encontraba de 2 a 4 PM el viernes y el segundo el sábado en el espacio de la mañana de 7 a 9 AM. De manera general el total de educandos es de 40 inscritos. En general los cursos son complejos en cuanto a sus actores por su diversidad, género y también en lo personal y lo colectivo. Con cada curso se orientó una sesión semanal.

En esta perspectiva los cursos contaron con una clase semanal durante un periodo académico que estipulaba la Universidad, en un principio los participantes se denotaron pasivos y expectantes por el curso, luego de que el se les diera como unas nociones e intenciones que se traía con el, de ahí en adelante se desarrolló más armónicamente; se vivenciaron variedad de actividades con los estudiantes donde muchas eran propuestas y alimentadas por el profesor, otras eran orientadas por los educandos. Siempre durante los procesos interactivos el diálogo estuvo presente en la relación palabra-escucha. En la medida que avanzó el proceso pedagógico los educandos se hicieron más participes dados los diversos ambientes que se conjugaron para el desarrollo de las acciones experimentadas, donde lo estructural, lo natural, lo relacional y lo subjetivo estuvieron de la mano fortaleciendo los procesos formativos del curso.

### **Los sujetos como informantes**

Por otra parte en las entrevistas focalizadas se hizo con un grupo reducido, teniendo en cuenta participantes del segundo periodo académico de 2005 y el primer periodo académico de 2006, fue necesario para alimentar positivamente las sesiones de grupo focal. La participación de las y los estudiantes fue por su gusto o voluntad propia dada la invitación del orientador. Para la guía del grupo focal se tuvo en cuenta la preestructura sociocultural donde hacen juego indicadores y tipologías que muestran un acercamiento a lo que experimentaron las y los estudiantes en las sesiones de clase.

### **Juego de roles del Investigador**

Es necesario señalar que el educador fue clave para el desarrollo del proceso de investigación, cumpliendo con los siguientes roles:

- Como autor y orientador del desarrollo de la Propuesta Pedagógica en los cursos del Taekwondo recreativo del programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, además de ello cumpliendo con toda una gama de procesos en el contexto formativo. (preparación clase, procesos administrativos, atención a estudiantes, etc.).
- A la vez se cumplió con la función de investigador, haciéndose indagaciones sobre su práctica, con la intencionalidad de visibilizar si se configuraba el propósito de la propuesta pedagógica en las y los Estudiantes Universitarios.

### **Aspectos éticos**

En el trabajo realizado en la Universidad del Cauca, específicamente en los cursos de Taekwondo re-Creativo del Programa Actividad Física Formativa determinados para la investigación, se asumió el rol de orientador de la propuesta pedagógica, donde se les comentó a los otros-estudiantes la intención que tenía el orientador con dicha propuesta pedagógica. Así, se desarrolló la propuesta, las diversas actividades que surgían y donde no se presentó inconveniente alguno con los estudiantes. En el momento en el cual se aplicó la entrevista focalizada (grupo focal), se trató de recolectar y registrar los

datos lo más detalladamente, con la ayuda instrumentos de apoyo; fueron sesiones de expresión, de compartir experiencias y donde se estuvo allí libremente en un colectivo, cabe señalar que se concertó la protección de la identidad de los informantes claves, por ello no se usan nombres propios sino códigos de los relatos; se puede finalizar diciendo que el análisis de la información para nada se manipuló los datos recogidos, puesto que éticamente no se debe hacer y se es consciente de que el trabajo queda a consideración de múltiples consultas y sobre todo que es un trabajo muy bien sustentado desde el empoderamiento del sujeto-profesor-investigador.

## **7.2 DESENVOLVIMIENTO DE LA PROBLEMÁTICA**

A continuación se presentan las categorías e historias que surgieron desde el análisis e interpretación de la información recuperada. Sólo se muestran las categorías selectivas, que se sustentan por categorías axiales y estas a la vez sustentadas por categorías abiertas, señalar también que las categorías abiertas cuentan con unos rótulos y relatos, que a la vez las sustentan y por ultimo se muestra el compendio de las historias correspondientes a cada categoría selectiva.

### **CATEGORÍA SELECTIVA**

#### **FORMACIÓN HUMANA DESDE LA AUTOCONSCIENCIA Y LA RECÍPROCIDAD A PARTIR DE LA DISPOSICIÓN Y LAS ACTIVIDADES**

##### **Historia:**

A partir del proceso de recolección de la información realizado, podemos decir que los participantes de los cursos de Taekwondo re-creativo expresaron un sin número de manifestaciones humanas como autoconfianza, control de sí mismo, diversión, creatividad, interés, etc, desde las vivencias que fueron posibilitadas por su variedad de actividades ejercitadas, lúdicas y de juego, entre otras, y por las relaciones recíprocas que se dieron en clase.

Las actividades realizadas en clase se complementaron entre sí, lo que permitió salir de lo repetitivo y mecánico de los movimientos y posibilitaron un sinnúmero de acciones con sentido para los participantes, que en cierto modo alimentaron su formación personal.

De éste modo los ejercicios de coordinación, control, de fortalecimiento muscular, estiramientos, técnicas de la disciplina y asociadas a lo lúdico creativo, permitieron vivenciar un deporte más ameno, donde surgieron sensaciones de autoconfianza, de poder crear, de liberación, imaginación, diversión, de coordinar cuerpo y mente, de contacto con los otros y los objetos, que estimuló a que los participantes se motivaran, mostraran interés y gusto por las clases y los llevase en busca de nuevas autopercepciones, que alimentaron la mejora y el autocontrol de sus capacidades, como las físicas, cognitivas, emocionales y relacionales.

Con los ejercicios, la lúdica y con los juegos que se realizan, por su variedad, y por lo llamativo y lo divertido de estas actividades para los participantes, jugaron papel importante en las experiencias de la clase, puesto que marcharon motivadoras e influyeron en la mejora de capacidades humanas de los actores socioculturales; facilitando una constante interacción por parte de los sujetos, lo que posibilitó trabajos en grupo, y de éste modo se permitieron hacer autodescubrimientos y tener un reconocimiento por el otro y también con los elementos o materiales empleados en la clase. En éste sentido se dieron autopercepciones que tocaron la dimensión física, emocional, cognitiva, relacional, alimentando los procesos formativos en los cursos de acuerdo a características personales o colectivas de los participantes.



En otro sentido los estudiantes percibieron que la disciplina deportiva no perdió su exigencia, esfuerzo, calidad, su disciplina y competitividad, sino más bien se origina como una tensión en relación con la lúdica de las actividades construidas mutuamente, lo que permitió vivenciar el fenómeno deportivo de una manera más amena. Así percibieron satisfacción, desarrollo de su creatividad, estímulo de su pensamiento, mejora física y facilidad para relacionarse con los otros, expresando alegría, confianza, seguridad y responsabilidad en su convivencia colectiva y su desenvolvimiento personal.

También se puede decir que los temores y la participación activa del profesor en la clase indujo a los estudiantes a nuevas búsquedas y retos desde su ingenio, lo que los hizo tomar iniciativas con base en sus características personales y retroalimentarse e integrarse con su colectivo de compañeros, convirtiendo las clases en ambientes de motivación, placer, tranquilidad, perseverancia y contribuyendo en el desenvolvimiento personal y la convivencia grupal.

## **CATEGORÍA SELECTIVA**

### **CONSCIENCIA PERSONAL Y CRECIMIENTO DESDE LO COLECTIVO**

#### **Historia**

Los procesos experimentados por los cursos se enmarcaron en situaciones de intercambio, mediado por el diálogo, que facilitaron vivencias relacionales colectivas y de cooperación. Y lo relevante para muchos estudiantes es que les fue de mucha utilidad por la adquisición de un reconocimiento y confianza personal y hacia sus semejantes.

De esta forma los estudiantes percibieron que con algunas actividades se puede confiar o no en los compañeros, de igual modo les permitió reconocer similitudes personales, como pensar de igual modo, y desde sus vivencias reflexionaron sobre las dificultades que muchas personas pasan al tener problemas físicos. Esto permitió la integración del grupo, lo que percibieron que es difícil trabajar en grupo, pero que en equipo las ideas surgieron más rápidas, el trabajo se volvió más ameno y se consiguen logros muy altos. Estas experiencias se dieron por las relaciones recíprocas que se desarrollaron al interior de las clases lo que constituyeron ambientes más dinámicos y fomentadores de seguridad personal y colectiva.

El gusto, el temor, desconfianza y la satisfacción se dieron de acuerdo al impacto o lo significativo de las actividades a escala personal y de esta forma los acercamientos con los otros se hicieron más fluidos y se apreció la relación entre los fenómenos opuestos que se complementaron en las situaciones relacionales de un colectivo. Hubo una exploración de los participantes en cuanto a ideas, liberación de la imaginación, de encontrar su equilibrio multidimensional, a lo que se percibieron ligeros, llenos de energía y con ganas de seguir en las prácticas del curso.

Se resalta la importancia que tuvo el proceso en la generación de acciones conjuntas entre los actores y que son de trascendencia para sus vidas, que les permitió vivenciarse en diversas facetas, en relación con los otros y los objetos, pues la percepción que hacen los estudiantes es que la clase fue bastante formativa por la utilidad de materiales, el espacio, el cuerpo y el sentirse identificados con sus semejantes que posibilitaron su socialización y la creación de en amistad en el grupo.

Esto permitió ver que las situaciones de aprendizaje van más allá de los meros contenidos técnicos de la disciplina sino también se compartieron sentimientos, conocimientos, saberes, lenguajes simbólicos que partió de la participación, compromiso y toma de iniciativas que los estudiantes aportaron al proceso, complementado con los aportes del orientador y con las diversas actividades construidas desde la negociación y que fomentaron relaciones armónicas y equilibradas de compañerismo y en pro de su formación integral.

De esta manera los estudiantes se percibieron con autocontrol, satisfechos, confabulados con los acuerdos y acercamientos con los otros desde la empatía y el respeto, de ver las posibilidades con su imaginación, ideas, sus simbologías, sus miedos y la exploración del espacio, los objetos y que estas relaciones fueron de mucho significado para su consciencia personal y crecimiento colectivo.

## **CATEGORÍA SELECTIVA**

### **LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA, ¿UNA EXPERIENCIA FORMATIVA EN UN CUERPO, DESDE UN CUERPO O COMO CUERPO?**

#### **Historia.**

La percepción de los fenómenos vivenciados por los participantes puso en evidencia la intencionalidad que adquirieron la realización de estas prácticas de la actividad física y el deporte, pues giraron en torno a la trascendencia de los sujetos en proyección a su diario vivir. Al experimentar estas acciones con sentido se ha permitido que ellos vean las posibilidades de su vida desde sus sentidos, como captadores de los diversos fenómenos que se originaron en la constante relación con los otros sujetos y el medio ecocultural.

En las experiencias de los cursos, los procesos de comunicación verbal y no verbal fueron relevantes para el contacto intra e interpersonal de los participantes y su relación con el medio natural. De éste modo todo éste flujo de encuentros entre los sujetos, espacios, y objetos permitió que estos se confrontaran y visibilizaran su sentir, pensar, actuar, expresar y lo reconocieran en el otro y que además apreciaron su medio ecológico, como complementos de sus acciones humanas.

Lo que mostraron los relatos es toda una gama de ambientes de clase que posibilitaron la vivencia de distintas experiencias de vida, en la forma como se ha abordó el curso Taekwondo re-Creativo y donde dejó entrever toda una subjetividad e intersubjetividad de los participantes para con los fenómenos vivenciados. Por eso los estudiantes percibieron que por medio de la vivencia de éste deporte les ayudó a equilibrar cargas de la parte académica y de su vida diaria.

En otro sentido algunos estudiantes expresaron una concepción de su cuerpo, como cuerpo biológico, cuerpo máquina, cuerpo objeto con el cual se puede hacer todo lo que se proponga, es decir abierto a las posibilidades.

Pero las actividades trabajadas desde la coordinación de movimientos, equilibrio, ritmo, lateralidad, sobrepasaron lo meramente motor poniendo en juego la percepción de los estudiantes, pues con respecto a esto a través de ellas percibieron dificultades, posibilidades, nuevas facetas de cuerpo unidad y las relacionan con su vida social.

Los estudiantes se dieron cuenta de su cuerpo no equilibrado, de que manejan mejor unos segmentos corpóreos que otros y que pueden usarlos en otras actividades fuera de las monótonas y repetitivas de la vida diaria, de la

necesidad de equilibrar su pensamiento antes de actuar, también percibieron su mejora en la condición física y al igual que expresaron que su parte mental se siente relajada.

Estas actividades estuvieron cargadas de imaginación, desarrollo muscular, técnicas de la disciplina, son lúdicas y libertarias, que siempre llevaron consigo la parte reflexiva de los participantes y que los confrontaron con sus fortalezas y debilidades.

Por medio de estas actividades se dieron autodescubrimientos en los estudiantes, como descubrir sus dos lados del cuerpo, explorar otros segmentos que no se utilizan en la vida común, descubrir su faceta de transformación y perseverancia para con los fenómenos vivenciados y les llamó la atención su cuerpo expresivo que abre brechas de comunicación para con sus semejantes y de éste modo entablaron relaciones interpersonales donde se dialogó, se compartió y se negociaron aprendizajes, conocimientos, saberes y se reconocieron las diferentes visiones de mundo que tienen los demás, surgiendo autovaloración, valoración por el otro y por el medio ecológico.

De esta forma las experiencias de los estudiantes en los cursos, mostraron un arte marcial que con la ayuda de múltiples actividades experimentadas de forma placentera rompió con lo mecánico de los movimientos, al tiempo que permitió percibir la cualificación de sus capacidades, actitudes y posturas personales cuando se pone en conexión la mente y el cuerpo; pues según ellos aprenden a equilibrar y coordinar las cosas del entorno con los pensamientos y sentimientos de sí mismos.

Así cuerpo – sentidos - acciones se relacionaron mutuamente, experimentando infinidad de sensaciones que llevaron a conocer y traspasar límites y límites

humanos que a percepción de los estudiantes aun desconocen, los cuales alimentaron los procesos de interacción entre él sí mismo, el otro y el mundo.

## **CATEGORÍA SELECTIVA**

### **PERCEPCIÓN DE LIMITACIONES Y POSIBILIDADES CORPÓREAS.**

#### **Historia**

En la mayoría de experiencias que vivenciaron los participantes percibieron sensaciones opuestas que les dieron cuenta de sus limitaciones y posibilidades de su ser mismo, en continua relación con los otros y con el medio, desde los fenómenos provocados participativa y constructivamente. Aquí la dirección del profesor y la libertad que se permitió a los estudiantes es clave en las clases, pues de éste modo se nutrió el proceso pedagógico y fue esencial para el crecimiento personal y grupal de los actores.

Las limitaciones y posibilidades no se encerraban sólo en función de movimientos, sino que se encontraban relacionados con muchos aspectos del ámbito multidimensional del ser humano, sentir, pensar, actuar, expresar, etc. En éste sentido por medio de las actividades construidas y desarrolladas en el curso los estudiantes se toman consciencia de la dificultad para crear, participar con sus ideas, coordinar y equilibrar ejercicios en función de su cuerpo y mente, pero también se dan cuenta de la importancia del control de la respiración, de sus emociones, de la concentración y persistencia y que a la vez los relacionan con situaciones o dilemas de su vida diaria.

El esfuerzo por las actividades, el empeño, las ganas y la disposición personal de los estudiantes adquirió gran importancia a la hora del desarrollo de las practicas del curso, lo que permitían autodescubrimientos y de esta forma identificar múltiples sensaciones complementarias como temor, miedo,

diversión, inseguridad, confianza, satisfacción y tensiones entre algunas pero siempre gratificantes, sumando a esto la parte anímica y la motivación que el grupo se proporcionaba mutuamente.

Los estudiantes percibieron la importancia de estas prácticas al permitir cambiar sus rutinas tanto académicas y como de los ejercicios repetitivos, sino que desde las actividades de la clase se hicieron conscientes de sus debilidades y que por medio de estas vivencias las pueden superar, y de igual forma les posibilitaron ejercitación, diversión y relajación.

De esta manera se dio una atracción por el deporte re-Creativo y la Actividad Física por parte de los participantes, pues señalaron que el ejercicio no debe ser sólo desgaste físico sino que debe estar complementado con un espacio mental. Por ende estas vivencias generaron socialización desde sus acciones relacionales, creativas, cognoscitivas, físicas, que tuvieron la intención de provocar encuentros y desencuentros reflexivos entre sus actores, y se exploró de esta forma un reconocimiento dinámico entre los sujetos y su medio, que los llevó a buscar el equilibrio entre sus posibles y limitantes de su ser-mundo.

De éste modo el proceso mostró el juego equilibrado entre los opuestos que son procesos complementos en las relaciones con los sujetos y los fenómenos del mundo. Así, dirección y libertad, ejercitación y diversión, debilidades y potencialidades, alimentaron el curso como procesos complementarios que posibilitaron a sus participantes armonizar y tomar consciencia de su ser, ser otro y ser mundo.

### **7.3 DIAGRAMA DE ACERCAMIENTO A LA REALIDAD**

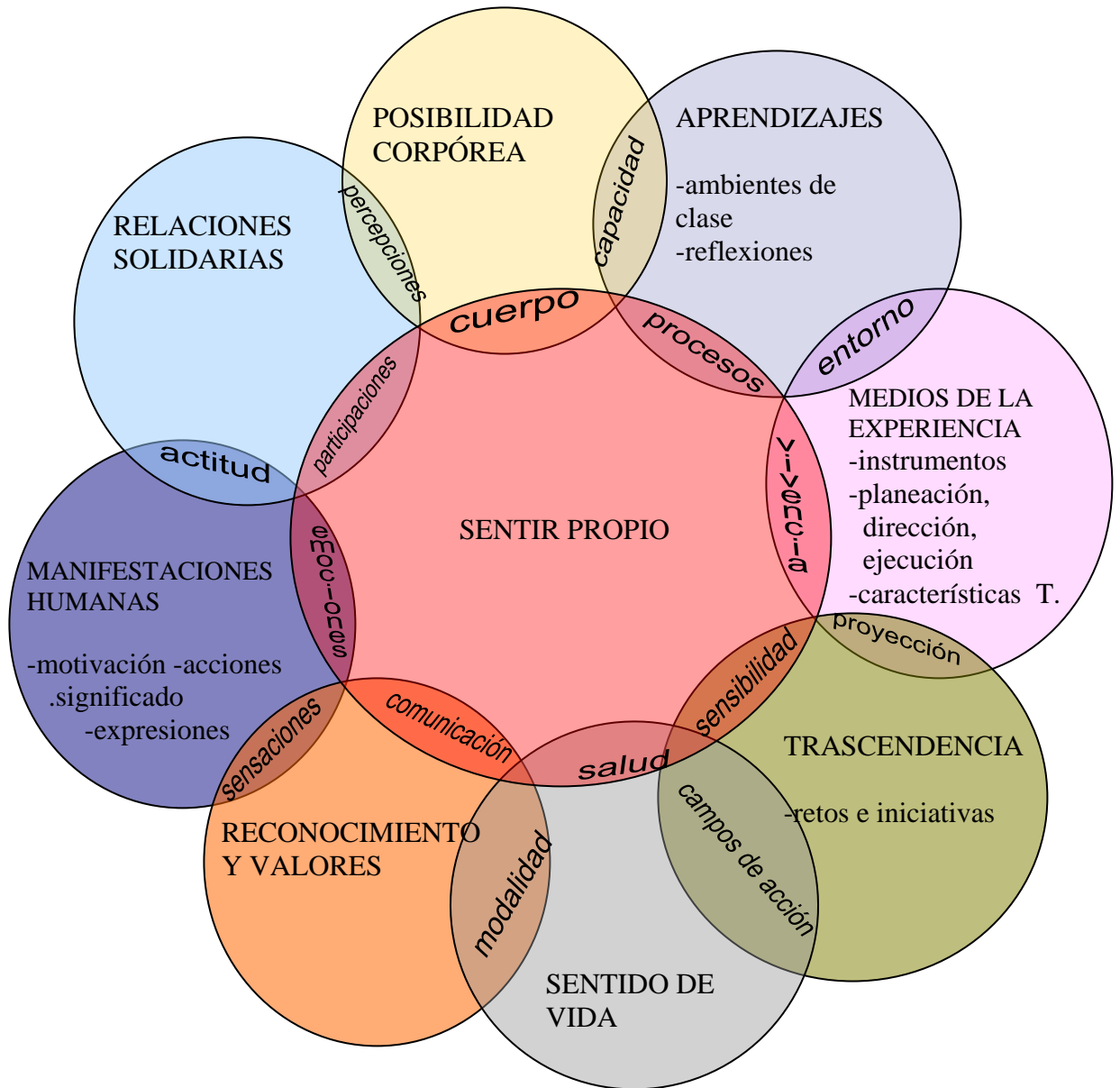
Una vez hecho el proceso de codificación, abierta, axial y de categorización selectiva se procedió a realizar un encuentro e integración entre las categorías

emergentes, buscando la interrelación con las diversas categorías que surgieron durante el proceso de codificación, reagrupando por su relación a unas con otras, para constituir categorías selectivas y sus tipologías e indicadores, obviamente con sus relatos e historias que las sustentan. Luego se dio paso a la construcción del diagrama de relaciones de tipologías donde se empieza a emerger el esquema teórico esencial en el problema, lo que posteriormente desencadenó la aparición de la categoría central o medular.

Producto de este complejo procedimiento se puede observar un diagrama de relaciones configurado por una grafica de círculos interactivos que están entrelazados, donde se percibe una realidad dinámica en la cual están inmersos los estudiantes desde sus experiencia en los cursos de Taekwondo re-Creativo, mostrando que cada tipología que alimenta el diagrama se manifiesta como interdependiente y en desarrollo reciproco dadas la manifestaciones humanas desde la realidad de los actores. De este diagrama posteriormente se da paso la categoría núcleo o central, desde donde se inicia la construcción de teoría sustantiva.



# CONSTRUCCIÓN DE CONSCIENCIA



Realidad-Fenómenos

# **FORMACIÓN**

## **CATEGORIA NUCLEO**

A continuación se expresa la categoría núcleo, en ella se visibilizan los indicadores con sus diversas tipologías que darán sentido a la categoría núcleo y que se manifiesta como **CONSTRUCCIÓN DE CONSCIENCIA CORPÓREA** y a la par se denota que toma tres indicadores particulares en:

1. En el sí mismo: la cual se ha denominado como RECONOCIENDO, que significa ir tomando consciencia de el ser autentico, que según Heidegger citado por Watts (2001, p, 69), “la autenticidad se refiere a un modo de existencia en la cual yo soy consciente de mi propio ser y mis propias posibilidades”, esto permite entender que durante el proceso vivido por los educandos se va configurando un reconocimiento de sí mismo y se va construyendo un ser autentico corpóreamente.

### **RECONOCIENDO:**

Este indicador se manifiesta con las siguientes tipologías

- Sentir Propio
  - Posibilidad Corpórea
  - Manifestaciones Humanas
  - Trascendencia
  - Sentido de Vida
2. En las interacciones sociales: la cual se ha denominado INTERSUBJETIVÁNDOSE que significa, en palabras de Heidegger citado por Watts, “ser-con”, dimensión comunitaria propuesta por Heidegger para hacer alusión a un “mundo compartido”, es decir que la vida humana o entre los sujetos es de correlación o de empatía reciproca, a lo que refiere Heidegger citado por Watts, “mi ser-en el mundo siempre, y esencialmente, experimento las cosas en relación con otras personas”, esto permite evidenciar la interdependencia con los otros, en aras de construirse humano, sujeto-corpóreo.

### **INTERSUBJETIVÁNDOSE**

Este indicador se manifiesta con las siguientes tipologías

- Aprendizajes
- Relaciones Solidarias
- Reconocimientos y Valores

3. En el contexto: el cual se ha denominado AMBIENTES TRANSFORMADORES, en este sentido como el ser humano está inmerso en un proceso de Educación o socialización permanente; estos ambientes transformadores se muestran aquí, en este contexto de Educación formal, como ambientes educativos con una visión transformadora, por lo cual haciendo una revisión de ambiente educativo, Duarte (sf) señala que,

Se instaura en las dinámicas que constituyen los procesos educativos y que involucran acciones, experiencias vivencias por cada uno de los participantes; actitudes, condiciones materiales y socioafectivas, múltiples relaciones con el entorno y la infraestructura necesaria para la concreción de los propósitos culturales que se hacen explícitos en toda propuesta educativa.

### **AMBIENTES TRANSFORMADORES**

Este indicador se manifiesta con las siguientes tipologías

- Medios de la Experiencia

Cabe señalar que estos indicadores de la categoría núcleo asumen características particulares en lo CORPORAL y en lo CORPÓREO; lo corporal se manifiesta como instrumento y como posibilidad, mientras lo corpóreo se expresa como la unidad del ser, tal como se expresa en el Diagrama Sociocultural más adelante.

## **7.4 DIAGRAMA SOCIOCULTURAL**

Una vez se hizo el proceso anterior de visibilizar los Indicadores y sus diversas tipologías, dio paso a la elaboración del diagrama sociocultural, que permitió develar más claramente lo que manifestaron experimentar las y los educandos en el curso de Taekwondo re-Creativo, desde la propuesta pedagógica allí orientada.

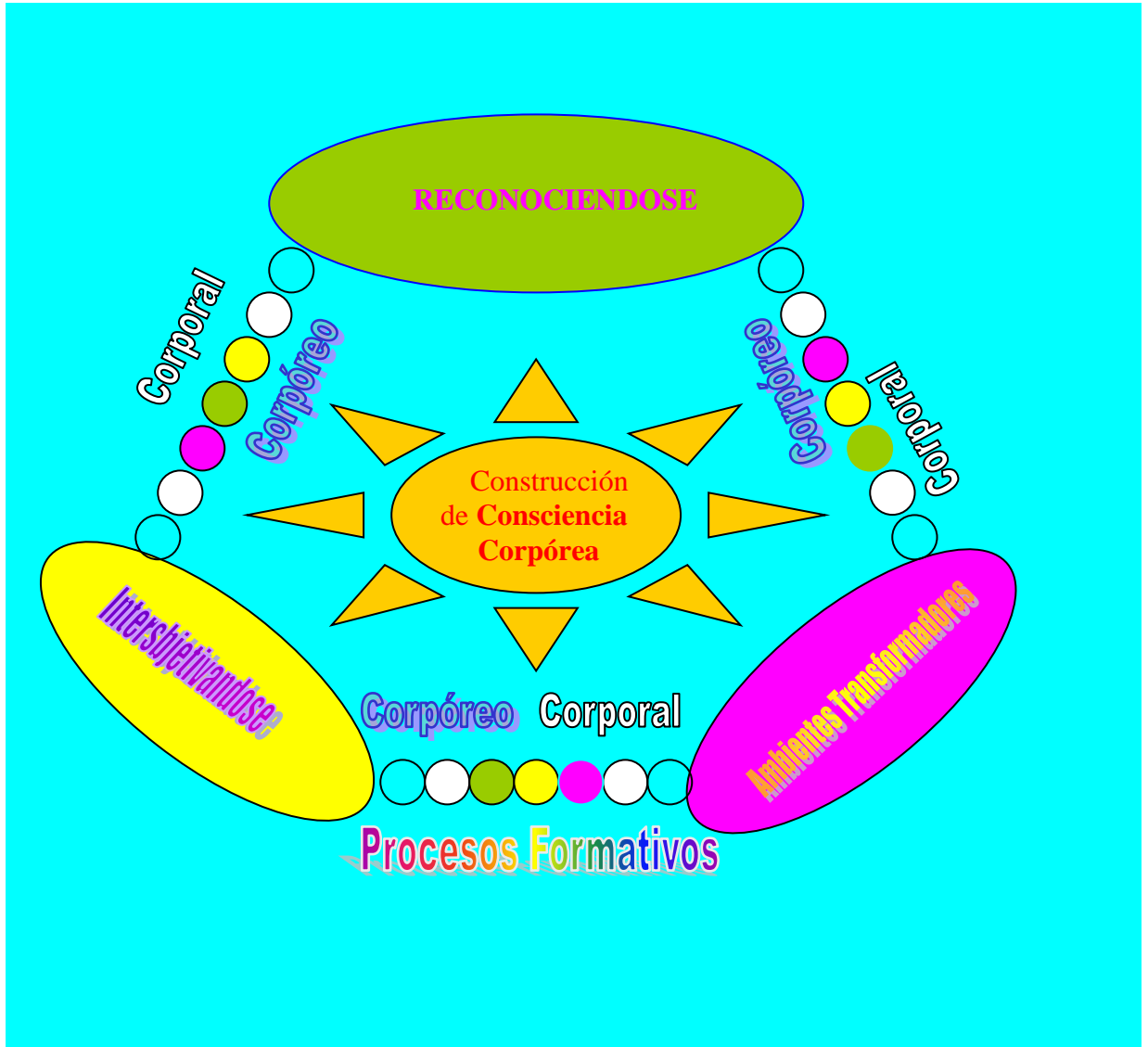
El Diagrama Sociocultural pone en vilo, el entretrejido de relaciones que se producen desde los Indicadores y su variedad de Tipologías, dejando entrever la realidad que vivenciaron las y los educandos inmersos en el curso de Taekwondo re-Creativo.

Realidad que está supeditada a muchas condiciones que fluyen recíprocamente y que parece ser, que son indispensables para que los Procesos Formativos de los estudiantes tengan significado e impacto en su ser multidimensional, es decir en el sí mismo “consciencia”; por ello el sentido interesante en el que se ha configurado el Diagrama Sociocultural, devela un sujeto en interdependencia con los otros y su medio de interacción.

El diagrama sociocultural muestra tres dimensiones interdependientes que posibilitan la expresión de consciencia corpórea y corporal; se habla de procesos formativos intencionados, en el mismo sujeto, en la interacción con el otro y de los ambientes que facilitan estas manifestaciones. Estas dimensiones están relacionadas, desde características que asume este despliegue del ser, lo cual se evidencian en lo corporal y lo corpóreo, visibilizando una tensión en el proceso formativo que consolida desde la manifestación de la consciencia corpórea y a su vez hace fuga hacia la expresión de consciencia corporal.

Estos gramajes relacionales son recíprocos entre el sí mismo, el otro y lo otro, y establecen correlaciones que son dinámicas, interdependientes una del otra, lo que permitió evidenciar el desenvolvimiento de la conscientización corpórea de las y los educandos inmersos en la práctica pedagógica.

La figura representa un entretejido de relaciones manifiestas, donde se originan encuentros y desencuentros consigo mismo, con los otros y lo otro, desde el cuerpo como objeto-sujeto y en este juego de experiencias, comienza a brillar la consciencia corpórea, mediado por flujos interactivos con los otros y el mundo.



## 7.5 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Actividad Física Formativa, en coherencia con los propósitos Educativos de la Universidad del Cauca, dentro de los cursos que ofrece, desarrolla procesos académicos orientados a propiciar la Formación Integral de las y los estudiantes de pregrado de la Universidad del Cauca, actuando en todas las dimensiones del ser humano, tanto en el pensar, sentir, actuar, comunicar, crear como en su relación con los otros y el medio sociocultural, con el propósito de aportar a la Formación Integral de estos para que se proyecten ante todo como personas autónomas y comprometidas con el desarrollo social de su comunidad.

Sin embargo en las prácticas que se realizan en el Programa Actividad Física Formativa no se investiga como se manifiesta la consciencia corpórea en las y los educandos desde los transcurso formativos centrados en las capacidades perceptivas, a partir de las Prácticas Pedagógicas que en éste programa se promueven, desde los cursos de Taekwondo re-Creativo.

Por ello el presente trabajo se centró en visibilizar las expresiones de la consciencia corpórea que se dan en las y los estudiantes a través de una práctica pedagógica orientada desde las capacidades perceptivas.

Es así como surgen los interrogantes: ¿La práctica de la Actividad Física Formativa, a la hora de desarrollar sus procesos formativos, posibilita en las o los estudiantes la expresión de la Consciencia de su Ser Corpóreo? ¿Qué características asume la expresión de la Conciencia Corpórea en las y los estudiantes?

Los anteriores interrogantes llevaron a plantear la siguiente pregunta para el presente trabajo de investigación.

¿CUÁLES SON LAS EXPRESIONES DE LA CONSCIENCIA CORPÓREA DESDE UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA ORIENTADA HACIA LAS CAPACIDADES PERCEPTIVAS DE LAS Y LOS ESTUDIANTES DEL CURSO DE TAEKWONDO RE-CREATIVO?

Para la Wemail ExPresión-consentido (2006), la expresión se comprende “como una necesidad individual o colectiva, como una manifestación de algo que puede estar dentro de nosotros, contenida, que sale a la luz para ser compartida, para darla a entender, para darla a conocer”. En otras palabras como un mostrarse desde la esencia del ser humano en todas sus dimensiones, como una manifestación de un pensamiento, un sentimiento o un deseo por medio de las palabras, el gesto, el movimiento, el sonido, la imagen.



## **CAPÍTULO 2**

### **8. HALLAZGOS**

En éste sentido se puede señalar que los múltiples procesos evidenciados en éste proceso investigativo entran en relación a lo largo de esta construcción de sentidos humanos a partir de diversos autores y miradas o perspectivas de mundo, que se pueden enunciar como posiciones críticas y con propósitos de cambios en la vida de las personas, a los enfoques homogenizadores de un sistema capitalista y de consumo, donde las personas, las cosas, el mundo, son objetos-máquinas que se ponen al servicio y consumo. Por ende se podrán notar en las construcciones de los hallazgos, en relación con las posiciones de Trigo, Melich, Ponty, Freire, Cagigal entre otros. Los hallazgos que se exponen a continuación se hacen desde los Indicadores que emergen a partir del diagrama sociocultural y en relación a lo concerniente a sus diversas tipologías que le dan vida.

#### **8.1 RECONOCIÉNDOSE**

En tal sentido el sentir propio se convirtió aquí en elemento clave en éste proceso pedagógico, pues nada trasciende en lo humano sino pasa en primera instancia por los sentidos; estos se constituyen en puentes conectivos de la consciencia humana y el mundo externo, de las cuales ambas condiciones son recíprocas, es decir se entretajan en relaciones interdependientes, en la medida que cada una necesita de la otra para su desarrollo.

De éste modo los fenómenos de consciencia corporal y corpórea que se generaron desde la realidad interactiva que experimentaron los sujetos participantes, se relacionaron principalmente con los procesos de encuentros

con los otros y lo otro; en tal sentido se pudo percibir que mediante la interacción se construye subjetiva y objetivamente el cuerpo, es decir el cuerpo es tomado y asumido por los estudiantes al menos de dos maneras: como cuerpo instrumental u objeto para algunos o como el ser sí mismo para otros.

## **CONSCIENCIA CUERPO-OBJETO-INSTRUMENTAL**

A continuación se aborda la consciencia de cuerpo-objeto en las perspectivas de Vesario y Colquhoun (2001); desde la visión de Vesario se muestra una noción dualista de cuerpo, donde sólo se asume lo corporal pero en analogía con los objetos en su funcionamiento mecánico. Por su parte lo que esboza Colquhoun entra en semejanza con lo planteado por Vesario, puesto que las dos miradas implican la conformación del cuerpo máquina y su uso como instrumento para el movimiento motor. Desde éste enfoque, se puede decir que es una posición muy racionalista y utilitaria que se tiene de cuerpo, lo que es una idea no compartida, ya que el cuerpo encierra un gramaje holístico como cuerpo-sujeto-corpóreo.

Al respecto la consciencia corporal que surgió, fruto de los procesos relacionales intersubjetivos que vivieron los actores participantes, y que fueron facilitados en la experiencia pedagógica de la pasantía, tuvo su impacto en el cuerpo y la concepción que de éste tienen los estudiantes universitarios, el cual fue percibido por algunos de ellos como un cuerpo que se maneja, que se puede moldear; es decir un cuerpo entrenable, que se hace fuerte y resistente para emplearlo en labores diarias.

En éste sentido los estudiantes indicaron que **“nuestro cuerpo es una máquina que la podemos manejar a nuestro antojo y gracias al profesor nos damos cuenta de cómo utilizarla” (P10).**

De éste modo emergió un cuerpo objeto que, como instrumento, se maniobra o se controla, dándole la forma que se quiera y que, como máquina, no tiene límites, convirtiéndose en receptor y potenciador de sus fenómenos físicos. El cuerpo fue tomado aquí como una herramienta que se acomoda a los diversos usos que el manipulador estipula desde su intencionalidad.

Pero además de visualizarse una toma de consciencia referida al uso de éste cuerpo, que se expresa en términos de utilidad, también en éste proceso aparece el papel protagónico del docente, como mediador por excelencia; en éste sentido el docente posee una connotación ideológica particular, en tanto que es desde él que se dimensiona el papel del cuerpo y se le da el valor y uso deseado.

Se puede decir que aquí se mostró la construcción social y la vivencia personal de un cuerpo-objeto- que adquiere la característica de ser modelable y manipulable. Con base en lo anterior se pudo inferir que algunas de las concepciones que tenemos y manejamos de nosotros y nuestro cuerpo, se deben a las acciones ejercidas por los docentes desde sus actos educativos; pero también que la influencia de estas concepciones determinan las valoraciones que elaboramos y ponemos en acción sobre nosotros y lo nuestro.

Esta concepción de cuerpo-máquina, está muy emparentada con la concepción de cuerpo que en el siglo XVII, Vesario en su (De Humani Fabrica), quien a decir de Pérez y Samaniego (2001), “utilizaba la mecánica como analogía para la descripción de los componentes anátomo-fisiológicos y fisiológicos del cuerpo”; y agregan que, “desde entonces, y de formas muy diversas, la máquina ha servido como modelo para ejemplificar la morfología y funcionamiento corporal”

Es decir, desde la visión de Pérez y Samaniego, para los estudiantes su cuerpo adquirió una esencia de cuerpo-objeto-instrumento, en el sentido de potenciar mecánicamente su condición física y técnica, en aras de óptimos resultados a nivel biofísico-químico-mecánico y de su consumo cultural. En otras palabras el cuerpo como herramienta que se adapta a diversas utilidades según la intencionalidad de los mismos.

En esta perspectiva se puede señalar que se estructuró una mira racional del cuerpo, como cuerpo máquina, indicando que desde la mirada de los actores y de los autores recogidos, concuerdan en un cuerpo como herramienta que se presta para diversas utilidades de la vida, en el sentido o intencionalidad de su manipulador, como exhibirlo y ponerlo al servicio y al consumo de la sociedad; pero que además se visibilizó una consciencia de la utilidad de su cuerpo, lo que para la máquina le resulta imposible; a la vez que el educador fue relevante dentro de éste proceso al constituirse como mediador en la reconstrucción de cuerpos-sujetos, lo que permite abrir brechas para superar el paradigma cuerpo-máquina.

En el mismo sentido refiere un estudiante que **“me di cuenta más que todo, que no-tenia control de la pierna izquierda, pues ya que se me dificultaba la realización de ejercicios pues en los que se utilizara esta pierna” (GF3, p11)**

Esta visión del cuerpo volvió a afrontar sus limitaciones en torno a condiciones de dominio, y muestra que enfrentó a una toma de consciencia de su falta de armonía o equilibrio, en relación con el manejo de sus segmentos corporales; encontramos que tales interpretaciones están asociadas a un paradigma instrumental del cuerpo, que, como se indica anteriormente, lo afilian a

concepciones de utilidad, pero también, en éste caso, a concepciones de productividad y poder, en especial cuando se hace referencia, desde la vivencia de la ejercitación, a la falta de mando y al no gobierno de los segmentos corporales, por lo cual los propósitos que se plantean en términos de ejecución y realización de acciones de movimiento se constituyeron en obstáculos que hacen languidecer los logros alcanzados por los estudiantes, en aras del control de su cuerpo.

Al respecto se informa que

**Me di cuenta de que todos los que estábamos allá, no en su mayoría pero sí un buen porcentaje, creo que estábamos por los mismos objetivos que eran como hacer ejercicio, moldear los cuerpos y como entrenar, para el momento de una pelea ganar respeto, como que no se metan con uno; que otro aspecto colectivo; que dependemos mucho de lo que diga la gente, de la ideología que tengamos nosotros, de tener cuerpos, cuerpos bonitos, para llamar la atención, y así ganar respeto. (GF3, p27)**

Lo anterior da a entender que el interés principal en el espacio de la clase, lo constituyó el darle forma al cuerpo por medio del entrenamiento, para ganar unos niveles de aceptación y no ser un cuerpo sometido ante la mirada de los demás. Parece ser, que para que haya dicha aceptación se debe tener un cuerpo dotado de belleza física, lo que permite constituirse en centro de atracción y ponerse al servicio del consumo de la sociedad.

Lo que aquí se muestra es que el objeto de la clase lo constituye, es el entreno de su cuerpo, cuyo propósito giró en torno a ganar resistencia, técnica y crear una imagen atlética ante el atisbo y obedeciendo a los señalamientos de los otros, y también ante la autopercepción arraigada de cuerpo-consumo, consiguiendo de esta forma adquirir un estatus y ser centro de contemplaciones.

Aquí, el ser educando es portador consciente de la necesidad de potenciar su dimensión física, para que se le pueda emplear socialmente y por ello es necesario fortalecerse desde su capacidad física, debido a que su cuerpo está supeditado a unos requerimientos sociales establecidos; es decir se evidencia que existió el compartir colectivo de una consciencia de cuerpo, que en algunos adquirió la connotación de cuerpo como constructo instrumental y que está ceñido a la moda, por lo cual debe supeditarse a las presiones respecto al uso y consumo de un cuerpo caracterizado como hermoso en la cultura vigente.

Pero parece ser que ese cuerpo maquinal se encontró inexplorado, imposibilitado para cumplir con las diversas acciones que se puedan presentar en situaciones cotidianas, que requirió de un orientador, en éste caso es el profesor quien fue un orientador o como un facilitador de estados de consciencia corporal de los estudiantes, despertando la sensibilidad y experimentando otras formas de la utilidad de su cuerpo.

En éste sentido, se agrega que **“la utilidad en la vida cotidiana es de volver nuestro cuerpo más resistente ante trabajos mas pesados” (P7)**, indicando que se tiene una percepción de cuerpo – corporal, como objeto modelable, que, mediante el entrenamiento, se le prepara para cumplir o ser usado en acciones o trabajos que ameritan su capacidad física en situaciones de la vida cotidiana.

Con relación a esto Colquhoun, citado por Pérez y Samaniego (2001, p. 1), dice que “la principal implicación de la comparación del ‘cuerpo máquina’ en relación con el movimiento es la noción del cuerpo como instrumento de acción motriz”.

Desde la perspectiva de Colquhoun, el relato expresa una noción utilitaria de cuerpo, marcado por una valoración instrumental del mismo, desde la

perspectiva de la eficiencia y la eficacia de los componentes físicos, fisiológicos y biomecánicos que lo vinculan al movimiento corporal. Desde esta visión se visibilizó la noción de cuerpo objeto, que se vincula al paradigma de cuerpo-máquina, donde la máquina pasa a ejemplificar el funcionamiento corporal. Aquí el movimiento del cuerpo se relaciona con el de cualquier otro objeto que se mueva “cuerpo-objeto” y el cual se le puede medir, vigilar, moldear e investigar cuantitativamente.

Se pudo observar, entonces, que la noción de cuerpo objeto-modelable, descubierta, sujeto a preparación y entrenamiento para facilitar y optimizar su eficiencia y eficacia en la vida cotidiana, se emparenta con la noción utilitaria del mismo, planteada por Colquhoun, en la cual predomina una visión valorativa del cuerpo, de tipo físico y mecánico; en otras palabras, los estudiantes mostraron una concepción objetual de su cuerpo, matizado por unas valoraciones utilitarias del mismo, fundamentadas en la biología y la física de su movimiento corporal.

En éste recorrido se puede decir que emergió un cuerpo objeto que, como objeto, se maniobra o se controla, dándole la forma que se quiera y que, como máquina, no tiene límites. Pero además se visualizó una toma de consciencia referida al uso de éste cuerpo, que se expresa en términos de utilidad.

El cuerpo máquina apareció como inexplorado, imposibilitado para la realización de diversas acciones de las clases. Por lo cual, es importante anotar que apareció el papel protagónico del docente, como mediador por excelencia; en éste sentido el docente posee una connotación ideológica particular, en tanto que es desde él que se dimensiona el papel del cuerpo y se le da el valor y uso deseado.

### **DE LO ORGANICO A LO CORPÓREO (noción cuerpo-sujeto)**

En éste sentido la experiencia pedagógica denotó un proceso transitivo entre el cuerpo máquina y el cuerpo-sujeto, por lo que nos posicionamos con la visión que nos aporta Cagigal (2001), enuncia que, las personas se conexionan con el mundo gracias a su dimensión corporal, donde su existencia se da con el cuerpo, es estar siendo en el mundo con su cuerpo. Así, desde éste proceso los participantes fueron reconstruyendo la noción de cuerpo-objeto para irse introyectando y asumiendo como cuerpos-sujetos desde una visión más humana y compleja.

Por lo cual se encontró que la concepción de cuerpo objeto-modelable, aquí también estuvo referida a **“una mejor utilización del cuerpo; en lo físico, uno saca mas pierna, se ejercita más, se vuelve más abierto a los demás, se abre más a las personas, uno se libera haciendo todas las actividades que hicimos en clase” (GF2, p28).**

El uso del cuerpo aquí adquirió unas connotaciones particulares; una de ellas está relacionada con la noción de cuerpo fragmentado y mecánico. Es decir, el desarrollo de una consciencia de cuerpo que requiere del entreno para ganar progreso en la capacidad física, ser resistente y obtener músculo.

Pero otra característica expresada se refirió al tipo de posibilidades vivenciadas en las clases, lo que conllevó a que el cuerpo sea experimentado de manera expansiva, en tanto nos abre a las relaciones con los demás y nos permite percatarnos de sensaciones de liberación personal o de catarsis; lo que llevó a la apreciación de un cuerpo potencial, que, a la par con lo objetual, nos permite el encuentro consigo mismo, y los acercamientos dialogantes con los otros.

Pero en éste proceso también se observaron otras percepciones que tienen de los segmentos corporales, que posibilitaron pensar en una concepción diferente



del cuerpo maquinal, no sólo centrada en sus usos diarios o habituales sino en aquellas posibilidades que éste brinda; en éste sentido lo corporal se presenta como una oportunidad de superación y de reconocimiento de sí.

El indicar que,

**En la clase descubrí que puedo utilizar mejor y de otras formas posibles algunas de las extremidades y órganos de mi cuerpo; los que normalmente uso para fines que son a lo largo monótonos y repetitivos, atrofiando el resto que tiene poca actividad. (P11)**

Permitió reconocer cómo se valora las diversas partes del cuerpo, se exploran aquellos segmentos corporales, partes que tal vez jamás se habían utilizado en el sentido en el que se trabajó en la clase.

Éste DESCUBRÍ señala que cuando se exploró corporalmente se percibieron nuevas formas de utilizar su cuerpo, pues socialmente se cree que éste es condicionado sólo para realizar actividades habituales, de carácter repetitivo o mecánico, y no se le da o se otorga la libertad para que explore y experimente mucho más sus segmentos u órganos corporales y en ello descubran nuevas posibilidades de sí mismos.

Pero también éste utilizar el cuerpo se corroboró cuando los educandos empiezan a experimentar otras vivencias relacionadas con su cuerpo; en éste sentido se expresó que,

**Yo creo dos aspectos muy importantes, pues que siempre he tenido en cuenta cuando entré a taekwondo, uno es la exploración, la otra es la creatividad, ósea la exploración por que me permite descubrir muchas partes de mi cuerpo que nunca había experimentado que no había logrado despertar, entonces esa exploración permite mi creatividad de cómo yo, como el cuerpo, al caminar, al correr, hace un objetivo como mover un pie o lograr un tipo de movimiento fuera de caminar o correr, entonces esa creatividad lo hace a uno reflexionar, entonces ese reflexionar es de**

**donde tenemos que partir de cómo el deporte lo debemos ver desde otro tipo de vista muy diferente a simplemente levantar un pie o tener estado físico o tener un prototipo ya establecido de cuerpo. (GF3, p37)**

De lo anterior se puede decir que se encuentra relevante el buscar y encontrarse constantemente con el propio cuerpo, en la medida que se descubrieron y utilizaron diversas partes corporales que por primera vez se vivenciaban de forma diferente, desde la clase; pero también se vio cómo éste proceso de búsqueda corporal facilitó potenciar la creatividad, explorando nuevas formas de movimiento con respecto a los segmentos corporales, superando los repetitivos y ya establecidos cotidianamente.

También se puede decir que esta nueva vivencia desde la búsqueda corporal y la creatividad, llevó a la confrontación personal y de la misma manera se pone a repensar el deporte como una forma distinta de explorarse desde una acción con sentido y en esta forma se fue superando el modelo de cuerpo máquina.

Al respecto Cagigal citado por Pérez y Samaniego (2001, p, 1) considera que, “el individuo conoce el mundo a través de su entidad corporal (...) El hombre [sic] seguirá viviendo toda su existencia no sólo en el cuerpo, sino con el cuerpo y, de alguna manera, desde el cuerpo y a través del cuerpo”.

Se puede indicar, que el ser humano visto desde Cagigal y desde los relatos, adquiere un reconocimiento de su entorno en la medida que se reconoce en su identidad corporal y viceversa; en otras palabras los estudiantes apreciaron que su dimensión corporal es la conectora del sí mismo ante el mundo y a partir de allí se experimenta toda su existencia humana de su ser cuerpo.

En esta perspectiva tanto los relatos como Cagigal concordaron que es desde la utilización vivencial del cuerpo corporal donde los educandos se percatan de

nuevas posibilidades; pero esto se da gracias a la acción con sentido que se provocó desde las clases y que les permitió nutrir su cuerpo-complejo.

Se puede percibir que desde esta práctica pedagógica y desde sus vivencias puestas en situación y sentido, es donde se comenzó a redimensionar el modelo de cuerpo máquina y se encamina a la reconstrucción de un cuerpo-corpóreo, ya que, como se muestra en las narraciones, lo relevante de la exploración corporal, es la acción con sentido realizada, que permitió potenciar el ser si mismo-cuerpo.

Por ende, es a esto a lo que aluden cuando expresan que **“cada vez conozco más mi cuerpo y sus límites, límites que aun desconozco (P9)**, haciendo referencia a un reconocimiento cognitivo, que se traduce en una toma de conciencia de sí mismo, consciencia que asumió un carácter temporalizado, que se va construyendo en el día a día, desde la experiencia o experimentación de nuevas posibilidades de su cuerpo, pero también un carácter inacabado dada las múltiples posibilidades, presentes y futuras, de nuevos descubrimientos de sí mismo.

De éste modo Cagigal citado por Pérez y Samaniego (2001, p, 1) muestra la importancia de la exploración corporal para alcanzar el reconocimiento de nuestro cuerpo holístico; en éste sentido la experiencia humana se ubica en el cuerpo, pero no cualquier clase de cuerpo, sino de un cuerpo dinámico, presente, vivido, que nos enfrenta a la incertidumbre y a lo desconocido. Es decir, en la experiencia contada por los relatos, desde Cagigal, se visibiliza que la vivencia de lo corporal le da paso a la existencia del cuerpo sujeto.

El relato mostró que el reconocimiento de nuestro cuerpo pasa por un reconocimiento experiencial de éste, como lo plantea Cagigal, pero también cognitivo; en éste sentido vemos que la experiencia existencial de lo corporal,

da paso a la visión cognitiva de cuerpo, el cual se concibe desde una perspectiva inacabada y abierto a posibilidades, que permite su reconocimiento como cuerpo existencial que se vive en el aquí y en el ahora desde su identidad corporal. En éste sentido se visibilizó un carácter temporalizado del cuerpo, que surge desde la toma de consciencia de éste y permite evidenciar lo transitorio de cada condición o estado de consciencia, que va desde lo corporal y transita hacia lo corpóreo, visibilizando como se va construyendo un empoderamiento de su cuerpo, como cuerpo-sujeto.

En la misma perspectiva se señaló que, **“descubrí cualidades, dos lados del cuerpo manos, pies” P14;** es decir, se produjo un reconocimiento personal del cuerpo, sus características, posibilidades, valoraciones, específicamente referidos a sus partes, lo que invita a que comencemos a aceptar que existió un proceso de toma de consciencia presente en éste reconocimiento.

En el ámbito de éste descubrimiento personal, se insistió en, **“se podría decir que me di cuenta de que mi cuerpo no es del todo equilibrado, hay cosas que puedo hacer mejor con una parte que con la otra, esto se genera por la costumbre porque se puede corregir” (P14),** con lo cual se hizo referencia a un proceso de identificación de su cuerpo en términos de capacidad, que se refiere a un concepto de armonía que surge desde un proceso de relación que establecen entre los componentes que integran el objeto reflexionado, encontrando causas y consecuencias de estos modos de relación, lo que les llevó a una toma de consciencia del impacto de las normatividades y los hábitos en las condiciones alcanzadas y de las responsabilidades del sujeto en su transformación.

Esta relación, aquí tiene que ver con los segmentos corporales, sus lados derecho e izquierdo, lo cual se configuró en una forma de reconocerse en su cuerpo.

En éste sentido, aquí se muestra un proceso que, desde la consciencia corporal, lleva a la construcción de consciencia corpórea, gracias a aquellas vivencias de interacción donde cada experiencia vivida apuntó a que los estudiantes empiecen a descubrirse como ser sí mismo, o como una unidad multidimensional que vive, que expresa, que siente, que crea, que tiene limites, pero limites que aun desconocen.

Los sujetos, al vivenciarse en las actividades cotidianas, generalmente conocen su cuerpo como cuerpo fragmentado, el cual perciben que se encuentra envuelto dentro de unos patrones sociales, que son prescritos la mayoría de las veces desde el condicionamiento, y que de cierto modo les imposibilitan que se manifieste de forma armónica en todas las acciones de movimiento que implican sus vidas.

En la experiencia vivida en el curso, y desde la exploración y experimentación de sus posibilidades corpóreas, se lograr percibir el cuerpo como un cuerpo sujeto, es decir como un cuerpo propio, que abre a horizontes de posibilidades, cuyos límites están dentro de sí mismos.

Es evidente que estas experiencias de la clase traspasaron los limites de lo meramente motor o corporal, y les facilitó trascender a otras dimensiones corpóreas de la vida, a esto refirieron los sujetos indicando que **“Por medio de esta clase podemos ver y relacionar nuestra vida con las diferentes posturas que podemos adoptar y las diversas formas en las que podemos construir nuestra vida” (P7).**

Lo anterior indica que la clase adquiere sentido y significado en la medida que permitió trascender desde simples posturas corporales a diversas posturas que se puedan tomar frente a situaciones de la vida y de igual forma se percibieron las distintas maneras en las que se puede edificar la existencia humana; aquí se denota que se comenzó a reflexionar sobre otras dimensiones de la vida, para configurarse como ser-unidad.

Se puede decir que el cuerpo adquirió unas connotaciones particulares; una de ellas está relacionada con la noción de cuerpo fragmentado y mecánico, referido al entrenamiento para ganar resistencia y músculo; pero también otra característica expresada se refirió al tipo de posibilidades vivenciadas en las clases, el cuerpo fue experimentado de manera expansiva, en tanto se abrió a las relaciones con los demás y permitió a los educandos percatarse de sensaciones de liberación personal y de catarsis.

También se puede mencionar que cuando se exploró corporalmente, se descubrió un cuerpo potencial, al percatarse de nuevas formas de utilizarlo, pues socialmente se cree que éste es condicionado sólo para realizar actividades habituales, de carácter repetitivo o mecánico, y no se le da o se otorga la libertad para que explore y experimente mucho más sus segmentos u órganos corporales y en ello descubran nuevas posibilidades de sí mismo.

Se percibió que desde esta práctica pedagógica y desde sus vivencias puestas en situación y sentido, es donde se comenzó a redimensionar el modelo de cuerpo máquina y se encaminó a la reconstrucción de un cuerpo-corpóreo, ya que, los estudiantes apreciaron que su dimensión corporal es la conectora del sí mismo ante el mundo y a partir de allí se experimentó toda su existencia humana de su ser cuerpo.

## TRASCENDENCIA DE LO INSTRUMENTAL- MOTOR

En esta perspectiva se originó una transformación del movimiento motor, puesto que desde las acciones corporales se permitió abrirse a otros posibles humanos dada su esencia holística de su corporeidad; de éste modo asumimos a Pedrino (2000), quien manifiesta que el ser humano se coordina en su corporeidad y con otras corporeidades, es decir su aporte supera lo meramente motor que tiene la coordinación, de sólo coordinar movimientos o segmentos corporales y desde los enunciados del proceso pedagógico se visualiza que hay una superación de lo meramente mecánico del movimiento. También en esta relación Blanco (2006), define la capacidad de relajación como mecanismo que armoniza las diversas dimensiones del ser humano y que desde lo sentido por los educandos dichas experimentaciones consolidaron procesos favorables a sus estados de salud, ánimo, de pensamiento y corporal.

De éste modo se evidenció que al no poder coordinar movimientos los estudiantes también lo relacionaban con el no poder coordinar pensamientos o en el caso contrario si pueden coordinar movimientos también ideas de la vida cotidiana; en éste sentido se aprecia una clara proyección de lo vivido en clase para sus vidas y de sus vidas para lo que ocurre con cada uno en clase; por ello **“las utilidades de éste trabajo pueden ser múltiples en la vida diaria, como ayuda para razonar y también para coordinar ideas por ejemplo” (P10).**

En esta perspectiva los actores señalaron que la utilidad del trabajo puede verse reflejado en las acciones humanas de la vida cotidiana, pues ayuda en las formas de repensar las situaciones experimentadas y así mismo como contribuiría para la armonía de las acciones puestas en situación por el contexto.

En tal sentido la visión que expresan los educandos se enmarca dentro de lo formulado por Pedrino (2000), al mencionar que al igual que coordinamos nuestra corporeidad, es decir nuestro ser persona, también nos coordinamos con otras corporeidades y con las cosas. Esto entra en relación con lo planteado por los educandos cuando refirieron que el trabajo de las clases fue de mucho provecho para sus vidas diarias ya que les equilibra el pensamiento y para armonizar sus ideas.

Por lo cual se puede manifestar que los educandos encuentran relevante y provechosas las experiencias de la clase, puesto que les permitieron repensar las situaciones y ponerlas en armonía dadas las vivencias de la vida cotidiana. Con esto se podría decir que la coordinación trasciende lo meramente motor y donde los sujetos se perciben coordinados en su ser cuerpo-existencia.

Al respecto se enunciaron percepciones como,

**Yo sentí que mejoré en la coordinación como mental que a veces hacíamos las cosas de una manera mecánica tan simple, que no veíamos otros caminos de situaciones que vivimos a diario, entonces salí como que viendo más allá de las cosas que vemos a diario, ósea a parte de ver los problemas vemos como solucionar esos problemas que nos afectan. (GF2, p21)**

De allí que se aprecie que la coordinación no sólo es asumida por los estudiantes en las meras acciones técnicas y de los ejercicios o movimientos de las clases, sino que también les permitió la armonía de su pensamiento y así, romper con formas mecánicas de vivir las situaciones de la vida diaria, percibiendo otras formas de desplegarse alternativamente de problemas cotidianos.



En tal sentido el indicar que, **“los ejercicios deben concordar con el pensamiento” (P8)**, induce a pensar que los participantes se vivencian como seres “unidad” en relación cuerpo-mente, lo que nos muestra que existe una toma consciencia de que la parte motora y su pensamiento no trabajan por separado, sino que cada acción o ejercicio que se realice debe fluir en concordancia al pensamiento y por qué no, con otras dimensiones corpóreas.

También se aprecia que existe gran flexibilidad en la construcción de los procesos vivenciados, al permitir la participación de muchos elementos que envuelven la acción educativa y permitieron salirse un poco de la parte mecánica en la práctica del deporte, en éste caso el Taekwondo; esta postura obliga a ceder ante factores como: la complejidad de los sujetos y las interrelaciones humanas que se entablan en la relación cuerpo-otros-mundo, que se evidencian en cualquier acto educativo.

En semejanza con lo anterior ubicamos a Pedrino (2000) cuando los sujetos se coordinan como unidades, es decir como corporeidades; en éste sentido los estudiantes se apreciaron con más armonía en su forma de pensar, pues entran en meditación, ven las cosas con trascendencia y dan otras alternativas como soluciones a las dificultades de la clase.

Por lo que se puede decir que los educandos se vivenciaron como personas como cuerpo-mente, que desde la coordinación de movimientos ellos consiguen abrirla a la visión más holística del ser, percatándose que se desenvuelven como seres unidad de estar siendo en el mundo desde lo multidimensional; así, hay una toma de consciencia de la armonía entre cuerpo – mente como condiciones interdependientes de la existencia humana.

Por ende desde el sentir propio de los participantes, se expresó que,

**La clase de hoy fue bastante productiva porque logramos practicar de nuevo las distintas patadas del Taekwondo y a partir de los ejercicios practicados integrar al grupo, para pasar un momento de sano esparcimiento haciendo deporte, ejercitando nuestro cuerpo y lo más importante dejando de lado por un momento las tensiones y rutinas de la vida estudiantil que en ocasiones hacen que nos convirtamos en personas muy sedentarias. (P5)**

En lo anterior se puede apreciar cual importante fue para los actores, los procesos vivenciados en el curso Taekwondo re-Creativo, ya que se denota la función que cumplieron y las posibilidades que brindaron esa variedad de actividades experimentadas por los participantes, pues de éste modo se provocaron espacios interactivos entre las personas, que dejaron que todo un flujo de manifestaciones expresivas, gestuales, de comunicación se intercambiasen entre los participantes y facilitaron que los actores se explorasen y vencieran sus miedos, como el autodescubrirse y darse cuenta de nuevas sensaciones de si mismo, sentirse bien en grupo, divertirse por medio de la actividades, y posibilitando situaciones de aprecio en relación y construcción con sus semejantes.

Con relación a esto se expresó que

**El momento de la relajación fue ideal ya que en éste momento de parciales nos tensionamos mucho y éste hecho hace que dejemos a un lado esta tensión y podamos realizar las cosas de una manera, concentrándonos en lo que realizamos y al final realizarlo mejor. (P18)**

Mostrando que se propició una liberación por parte de los participantes de sus sensaciones de temor, tensión, y mejora de la concentración, y se permitió que los estudiantes percibieran los posibles y las limitaciones de sí mismos, induciéndolos a un estado de bienestar y confianza en las diversas acciones que vivencien desde lo personal y lo colectivo.

Por eso los ejercicios y algunas actividades, como las de relajación, se tornaron enriquecedores para los participantes; a esto se refieren al indicarse que **“al realizar los ejercicios se siente una especie de liberación, mejor dicho con las actividades que realizamos apartamos la pereza y el estrés” (P12)**; es decir, los participantes expresaron que entran en un estado de catarsis, que les permitió obtener la eliminación de estados de ánimo negativos, que les impide desenvolverse armónicamente en las actividades de la clase y su vida rutinaria.

Aquí caben rescatar los efectos positivos que tienen las actividades, entre ellas aquellas de tipo relajante, al posibilitar concentración, descanso, serenidad y paz, entre otras, como lo expresan los estudiantes cuando indicaron que,

**Hoy la clase nos dedicamos a coordinar y a relajar nuestro cuerpo, hubiese querido poder dar mas pero me sentía cansada y con mal humor porque no pude conciliar el sueño, pero gracias al ejercicio de relajación todo ese malestar pasó y me sentía muy tranquila, llena de una paz y vitalidad para seguir con mi día, la verdad nunca imagine que me pudiera concentrar de igual manera y descubrí que con mi mente pude apartar de mi toda sensación negativa. (P20)**

Esto denota la importancia en el proceso educativo, que adquirió el tener en cuenta a las personas no sólo en sus intereses, sino también en sus estados de ánimo y condición física, puesto que permanentemente sus ritmos, actividades cotidianas y estilos de vida, se encuentran en cambios dinámicos, lo que afectan negativa o positivamente, como ya se dijo, sus vivencias personales de la vida diaria.

En esta configuración Blanco (2006, p. 1) dice que, “practicando ejercicios de relajación podremos afrontar las exigencias de la vida diaria sin agotar nuestra energía mejorando el control sobre las situaciones diarias a las que nos enfrentamos estén relacionadas con la práctica deportiva o no”

Lo mencionado por Blanco emparenta con lo expresado por los actores de la práctica pedagógica, al sentirse liberados por medio de la relajación de sus sensaciones positivas y negativas que el mismo ejercicio y la vida diaria los afectan.

De esta manera se visibilizó positiva, la práctica de las actividades de relajación en complemento con el ejercicio, el juego, y otras actividades en las clases, puesto que de éste modo les permitió a los participantes canalizar sensaciones que produjeron la liberación de estados corpóreos negativos y positivos lo cual encausaron un proceso de reconocimiento y bienestar de las personas, llevando a la serenidad, concentración y liberación de tensión, de temor que a diario las diversas acciones humanas les producen.

De igual modo se enunció que, **“yo, la sensación que tuve al final del curso fue como que salí más tranquilo, más libre” (GF2, p34)**. De lo cual podríamos señalar que con la diversidad de vivencias que experimentaron los educandos en el curso de taekwondo, para algunos es de gran impacto en su ser mismo, puesto les facilitó encontrar serenidad y sentirse con más libertad.

En éste sentido después del curso, hay percepción de más libertad de sí mismo, como personas más sensibles, más armónicas y calmadas frente a sus vivencias de la vida diaria.

Por ende expresar que, **“el ejercicio no debe ser sólo desgaste físico, debe estar complementado con un espacio mental” (P8)**, permite entrever que las diversas experiencias vivenciadas en el curso, se encuentran enmarcadas no sólo en acciones físicas, sino que también posibilitaban momentos cognitivos; se puede indicar que éste modo de experimentación, tomó importancia y

complementariedad para los educandos; por consiguiente estas percepciones ayudaron a desgarrar el paradigma maquinal del deporte.

Puesto que,

**Dentro de todo lo más importante es dejar atrás el sedentarismo mental porque la tradición del deporte nos permite permanecer en un sueño casi infinito que no nos ha permitido demostrar nuestras cualidades, entonces la pregunta me parece que es muy importante cuando me habla de la experiencia que me ha permitido, yo como relaciono el deporte con mi vida, con el entorno, con los demás, eso es muy importante y permite también darme cuenta que el deporte no solamente es generar estado físico y de tener un cuerpo súper bello, súper esbelto, sino, hemm, construir una mente, un espíritu para bien mío y para bien de la sociedad. (GF3, p12)**

Lo cual se puede decir, que esto es muy significativo dentro del proceso de formación pedagógica planteado para los cursos de Taekwondo re-Creativo, pues se denota que en dicho espacio la actividad física no se limitaba sólo a la ejercitación, sino que posibilitaba alternativas en las cuales los actores estuviesen siempre en alerta, pues debían estar predispuestos a sacar y relacionar todo su potencial multidimensional, en sus formas de pensar, actuar, sentir, expresar, logrando de esta forma que tuviesen más afinidad hacia el deporte.

Se aprecia que la coordinación no sólo es asumida por los estudiantes en las meras acciones técnicas y de los ejercicios o movimientos de las clases, sino que también les permitió la armonía de su pensamiento y así, romper con formas mecánicas de vivir las situaciones de la vida diaria, percibiendo otras formas de desplegarse alternativamente de problemas cotidianos. Por lo que los educandos encontraron relevante y provechosa las experiencias de la clase puesto que les permitió repensar las actividades; con lo que puede decir que la coordinación trasciende lo meramente motor y donde los sujetos se percibieron coordinados en su ser cuerpo-existencial.

## **CONSCIENCIA CORPÓREA (ser unidad)**

Esta construcción de consciencia corpórea está sentada en los posicionamientos de varios autores que han realizado desde sus visiones humanistas reformulaciones al paradigma cuerpo-objeto-dualista; por lo que según Colomer (2000) no sólo es un objeto, sino que se concibe como la unidad cuerpo-mente, que desde la mirada de Ponty (2004), se constituye en una unidad significativa que es corporeidad, y la corporeidad es la existencia humana en palabras de Trigo y Rey, (1999), que se manifiesta en el pensar, reír, actuar, sentir, expresar; el relacionarse, que significa según Melich, (1997) ser-si mismo, pero también ser el otro, y ser con el mundo que trasciende lo meramente orgánico-instrumental; que como lo menciona Pedrino (2000), no sólo se coordina nuestra corporeidad, sino que nos coordinamos con otras corporeidades y con los objetos.

En esta dirección se percibió que,

**La unidad de la mente y el cuerpo hace parte fundamental de los objetivos del ser humano. Poder controlar cada uno de sus sentidos y percibirse así mismo hasta la última célula de su cuerpo, de manera que cada acción esté guiada por nuestra voluntad, lo de nuestra mente unida a nuestro cuerpo, y que siempre estará ligada a principios básicos fundamentales como son nuestros sentimientos. (P20)**

Lo anterior implica pensar que llegar a la unidad del cuerpo y la mente, en otras palabras al “sí mismo”, se convierte en una utopía para el ser humano, y que en éste ideal, parece ser que el reconocer el poder y la acción de sus sentidos fueron esenciales, pues ellos le permiten equilibrar, movimientos, sentimientos y voluntades humanas, lo que genera un sentido a cada vivencia o accionar del sujeto.

De esta manera en los albores de siglo XX refiere Colomer (sf),

**El cuerpo ya no es únicamente una máquina en buen o mal funcionamiento, a la que hay que mantener y engrasar de vez en cuando, ya no es sólo un instrumento, y empieza a concebirse cuerpo y mente como unidad.**

En tal sentido lo que Colomer indica es que se comienza a hacer una ruptura del paradigma dualista y de cuerpo máquina, que de igual forma se expresó desde el sentir de los educandos, al indicar que la mente y el cuerpo como ser unidad debe ser una búsqueda esencial para el ser humano.

Lo que se señala Colomer es que el cuerpo comienza a posicionarse como ser unidad, y de igual forma lo expresan los educandos como un logro a alcanzar por parte del ser humano, pero lo que nos mostró su mirada desde su sentir vivencial, es que para conseguir o llegar a la esencia de ser unidad, deben fluctuar o relacionarse su forma de pensar, desde la voluntad, la forma de control o su actuar y de igual modo interdependiente de los sentimientos humanos.

De éste modo se presentó la vivenciación de un cuerpo integro, que se hace necesario para asumir los diversos fenómenos de la vida diaria, en lo cual lo mental y lo corporal se complementan entre sí; aquí **“nuestro cuerpo es una sola unidad y no debemos acostumbrarnos a utilizar sólo unas partes, debemos ampliar las utilidades que él nos puede prestar” (P11)**, lo que expresa la reflexión que ellos mismos realizan de su cuerpo y de sí mismos, en donde cada actividad, vivenciada desde lo íntersubjetivo, alimenta su ser personal y viceversa.

En esta perspectiva Ponty citado por Benjumea (2004), indica que,

**El cuerpo se constituye en una unidad significativa (no objeto ni instrumento pasivo) dotado de sentido; la corporeidad es el modo de ser en el mundo, como centro de las relaciones de existencia con el medio y con los otros; el cuerpo es el vehículo de ser en el mundo.**

Lo que Ponty esboza, es la unidad del cuerpo y como un símbolo intencional, que lo constituye como corporeidad, esto entra en la relación cuando el relato plantea el cuerpo como unidad y donde se percibe como un cuerpo no fragmentado.

Aunque los relatos mostraron un cuerpo como unidad, no especificando que es corporeidad como lo plantea Ponty, sí lo presentan abierto a exploraciones y a los posibles. Esto pone en evidencia que la utilidad que se menciona está abierta a la subjetividad de los estudiantes y que dicha subjetividad le da la concepción de cuerpo que se reconstruye dada la intencionalidad de las vivencias puestas en situación desde las clases de taekwondo.

En éste sentido lo anterior se complementa cuando se expresó que,

**Yo no diría cuáles partes del cuerpo se trabajaron mas, sino cuales partes de mi cuerpo-mente se trabajaron más, yo creo que partiendo del trabajo cuerpo mente se trato de y a través de movimientos exploratorios, se trato de ser creativos, creo que se trató de trabajar el constructo total del cuerpo yo creo que seria muy difícil decir que trabaje más los trapecios o los izquiotibiales o trabaje mas esta parte, porque teniendo en cuenta que el cuerpo como tal está materializado es muy difícil decir que se trabajo, simplemente se trabajó la totalidad del cuerpo – mente con movimientos exploratorios tanto visibles y creativos, tanto mentales. (GF3, p36)**

Es decir, se vivenció el cuerpo como totalidad humana y su uso corporal no se da de forma fragmentaria, como la utilización de unos segmentos corporales más que otros, sino que por medio de nuevas experimentaciones o acciones con sentido, por ejemplo desde lo físico, lo mental, lo creativo, se percibió la construcción total del cuerpo; con lo que se puede señalar que se origina una aproximación al si mismo como unidad corpórea.



En igual perspectiva lo anterior se reafirma cuando se mencionó que **“la vivencia del ser en el curso de Taekwondo es de un ser unidad que también es social en cuanto genera relaciones con los otros” (GF3, p50).**

Al parecer, en las clases de Taekwondo se experimentó el ser cuerpo como totalidad humana, por lo cual se podría señalar que el existir en el aquí y en el ahora se da desde la manifestación de una mente incorporada en el cuerpo, por lo cual, se podría indicar que su experiencia se proyecta desde un ser holístico o multidimensional y además también es un sujeto intersubjetivo, puesto que se desenvuelve en relación con la otredad.

En tal sentido refiere Melich, (1997, p, 79) refiere que,

**El encuentro corpóreo no se reduce a un mero contacto físico, sino que en él se trasciende lo meramente orgánico. Ser corpóreo (Leib- Sein) significa abrirse a toda una serie de dimensiones antropológicas y sociales. Significa ser-si mismo, pero también ser tú, ser con y ser en el mundo.**

Lo que plantea Melich en relación con los relatos, es que las vivencias corpóreas trascienden lo meramente corporal y así se reafirmó al enunciar que la vivencia en el curso fue de un ser unidad y que tiene interdependencia de los otros para consolidar su crecimiento personal y social.

Lo que se percibió es que el cuerpo como unidad, siempre está en cada vivencia de la vida diaria; esto al parecer nos muestra que no se debe separar lo mental de lo corporal, el sentir del pensamiento, el crecimiento corpóreo de las dificultades, pues según se percibe se lleva, una mente incorporada en un cuerpo. Esto lo podemos corroborar cuando expresan que, **“me sentí muy bien, me gustan las dinámicas en las que puedo utilizar mis manos para pensar y crear, aunque se dificulta un poco exploramos aquello que podemos hacer y lo que se nos dificulta” (P11).**

En relación a lo anterior Trigo y Rey, (1999) nos dicen que,

**El Humanes ya no sólo posee un cuerpo (qué sólo hace), sino que su existencia es corporeidad, y la corporeidad de la existencia humana implica hacer, saber, pensar, sentir, comunicar y querer". No hay ser humano sin la unidad de estos seis aspectos. Esto es corporeidad humana (pienso y siento al tiempo que hago; actuó porque siento y pienso).**

En esta perspectiva Trigo y Rey (1999) plantean la corporeidad como la unidad del cuerpo-sujeto en la medida que se piensa, siente, y se acciona a la vez; en relación a lo que los educandos mencionan cuando refirieron sentir, pensar y crear desde sus manos.

Lo que los relatos muestran es la reafirmación del cuerpo-sujeto como unidad, es decir en la medida que se percibió que se lleva una mente incorporada en el cuerpo, para el accionar frente al mundo y potenciar posibles y dificultades del cuerpo-sujeto, insinuando la existencia de una armonía cuerpo-mente, lo que para los autores tal fenómeno es corporeidad; esto nos permite señalar que por medio de la vivencia, surge una sensibilización o toma consciencia de experimentarse como totalidad humana, como unidad-corpórea.

De esta manera cada dificultad, cada logro, cada sentimiento o encuentro consigo mismo o con el otro, tocó al sujeto en toda su unidad corpórea, constituyéndose un equilibrio entre mente y cuerpo; así se indicó al relacionar **“el equilibrio personal entre la mente y el cuerpo que es necesario aplicar en la vida cotidiana” (P2).**

Es decir, el vivir diario envuelven al cuerpo en su totalidad, en éste caso para cada acción humana debe existir la armonía entre la mente y el cuerpo pues se considera como algo fundamental y natural.

De éste modo se reafirmó cuando se expresó que, **“pues en mi caso se reflejaría en que me interesa tener un equilibrio emocional y mental” (GF4, p53).**

Lo anterior indica que se encontró importancia a la vivencia de las clases, pues se percibió que desde allí se puede adquirir una armonía no sólo mental, corporal, sino también emocional; esto nos muestra, que desde éste proceso pedagógico se ha consolidado la noción de unidad en cuanto al sujeto se refiere.

Al respecto Da Fonseca (2000 p, 178) citado por Arangunde, dice que “la equilibración reúne un conjunto de actitudes estáticas y dinámicas, que se basan en el control postural y el desarrollo de las adquisiciones de locomoción”.

Se puede decir que Da Fonseca se remite al equilibrio sólo a la parte del movimiento del cuerpo en cuanto a su dimensión física hace referencia, lo que para los educandos refiere la necesidad de encontrar la armonía de su cuerpo, en su sentir y su pensamiento, es decir que están interrelacionados.

Es decir, desde la experiencia del curso los relatos encuentran relación del equilibrio como capacidad humana, pero en juego con todo el ser holístico, es decir no fragmentado, como lo mencionado por Da Fonseca, al referir el equilibrio sólo a la parte del movimiento físico del cuerpo, por lo que se percibió la relación de equilibrio entre la dimensión física - mental, que siempre el equilibrio entre lo corporal y lo mental está en concordancia en el sujeto en su diario vivir, además donde fluye la necesidad de buscar el equilibrio emocional del cuerpo. En otras palabras el equilibrio se vivenció en la totalidad del ser humano y se percibió como una búsqueda fundamental en el diario vivir.

Estas percepciones se refuerzan cuando se revelaron vivencias, como, **“lo que más me llamó la atención es el trabajo que se desarrolló coordinadamente entre cuerpo y mente”(P8)** poniendo de manifiesto que lo que causa interés e impacto, involucra aquellos trabajos en los cuales se pone en concordancia mente y cuerpo, ya que de esta forma se activó la sensibilidad, provocando que se vivencien en cada una de sus acciones y experiencias de vida, como una sola integralidad humana.

Esto coincide cuando se planteó que,

**Lo que yo pude aprender mental y corporal, es más que todo el desarrollo de los ejercicios, aprendí que para poder hacer una cosa ya sea mental o corporal siempre vamos a tener en cuenta estos dos aspectos, por ejemplo yo quiero aprender un movimiento corporal obviamente tiene que pasar primero por la mente y después ya corporal e igualmente si yo quiero aprender algo mental debe pasar corporalmente y después ya llegar a la mente, entonces son cosas que van muy unidas, dependen mucho una de la otra. (GF3, p30)**

Es decir, lo que se asimila es la complementariedad reciproca de cuerpo-mente para desenvolverse armónicamente en las acciones corpóreas de la clase; lo que aquí se muestra es la concordancia y equilibrio entre cuerpo-mente, que son interdependientes y donde le dieron paso al ser si mismo multidimensional.

Lo cual se puede indicar que el equilibrio y la coordinación entre lo mental y lo corporal tomaron gran relevancia en la construcción de consciencia corpórea de los educandos, pues estas dimensiones del ser son percibidas como complementarias a la hora de ellos vivenciarse en la vida cotidiana, implicando la relación consigo mismo, con el otro y el medio natural.

Por lo cual se expresó que,

**Éste espacio permitió ir mas allá de la repetición y más bien trasladar toda esas temáticas a la vivencia misma de la realidad es decir algo como la**

**coordinación de movimientos trasladarla a un espacio de la coordinación de la vida diaria o el equilibrio que igual es una capacidad pero igual hay un equilibrio emocional, entonces ese es un valor muy inmenso que a través de esa clase se pudo potenciar todas esas cosas que de pronto las sabíamos mínimo pero las podemos llegar a expandir mucho mas como lo decía antes”. (GF3, p23)**

Lo que se percibió, es que durante su vivenciación en el proceso del curso, se trasciende de la mera repetición técnica de movimientos, y más bien lo que se siente, es que con las diversas acciones experimentadas en las clases se pone en situación frente al mundo de la vida, es decir como la coordinación de movimientos repercute en contextos de la vida diaria y en el mismo sentido como el equilibrio corporal, trasciende también al equilibrado emocional de la persona. De éste modo la vivencia del curso adquiere gran significado puesto que permitió potenciar y encontrar nuevas posibilidades de vida.

Para Pedrino (2000, p, 236) “no sólo se coordina nuestra corporeidad, sino que nos coordinamos con otras corporeidades (personas) y objetos. Y el universo como un sistema armónico, se le podría considerar como el ente conocido universalmente coordinado”.

La perspectiva de Pedrino se ubica en concordancia con lo expresado por los relatos, porque la coordinación se halla inmersa en el ser humano, en todas sus dimensiones y posibilidades, no quedándose meramente en lo interno y motor, sino que se expande también en las demás manifestaciones dadas con su ser mismo, el otro y el mundo.

Aquí, surgió una toma de consciencia en torno a la coordinación del ser corpóreo, pues desde la vivencia, se experimentó la coordinación entre lo mental y lo corporal para desenvolverse en la vida diaria, lo que implica coordinarse consigo mismos y en relación con los otros y lo otro, esto en similitud con lo planteado por Pedrino; de éste modo se pone en vilo conexión

que realiza la coordinación y el equilibrio entre todas las dimensiones del ser humano, donde se puede apreciar que trasciende de las capacidades meramente de locomoción y segmentación corporal.

De éste modo se percibieron y asumieron los sentidos como intermediarios en la búsqueda de su sí mismo, desde el darse cuenta de su cuerpo, como unidad compleja, y, de igual modo, sintiendo y descubriendo el medio natural como condición inseparable de su crecimiento o su humanización.

Expresiones como, **“descubrí que los pies también sienten al igual que las manos” (P9)**, denotan el percatarse ser un cuerpo que experimenta y se descubre a sí mismo, desde lo corporal, sintiéndose tal como se es, una unidad de limitaciones y posibilidades; entonces podríamos afirmar que, **“el tacto por medio de los pies despierta consciencia de un cuerpo con múltiples posibilidades, y permite sentir y percibir el medio natural como factor determinante para nuestro crecimiento como seres humanos en el mundo” (P9)**.

Lo anterior indica que hay una vivenciación ante la vida como seres corporeizados, seres multidimensionales que se manifiestan por medio de lo que viven, sienten, piensan, crean, expresan de forma personal, y con el mundo, en tal sentido se señaló, **“que puedo utilizar mi cuerpo para expresarme” (P2)**.

Esto denota el vínculo que tienen cuerpo - mente y que le da paso a lo corpóreo como centro unidad de múltiples y complejas capacidades, capacidades que se manifestaron o expresaron en lo cognitivo, emocional, relacional, expresivo y en su accionar, consigo mismo, el otro y con lo otro; de esta manera las autopercepciones vividas alimentaron la íntersubjetividad del grupo y viceversa,

lo que implica una continua interrelación y complementación entre lo corporal y lo corpóreo, mediado por procesos personales y de trabajo colectivo.

Trigo y Rey, (1999) ven que “el ser posee un cuerpo, pero no es un cuerpo exclusivamente objetual, es un cuerpo que vive, que es expresión”

Lo planteado por Trigo y Rey, correspondió con lo señalado por lo expresado en el relato, cuando se muestra un cuerpo expresión, que no sólo es instrumental, sino que se proyecta dentro de los posibles humanos, que para los autores es existencial, es expresivo.

Podemos indicar que éste cuerpo instrumental expresivo que es asumido, está en el proceso de explorar sus posibles, desde esa concepción de utilidad, y a partir de allí y con nuevas experimentaciones en las clases, adquiere nuevos sentidos en relación de su ser mismo, los otros y su entorno.

Reforzando lo anterior y

**Dentro de mi punto de vista, yo creo que, y en mi formación y en mi estilo de vida, yo creo que durante la clase de Taekwondo, siendo éste un espacio explorativo y que permite la expresión del ser como tal, yo creo que si logré expresar lo que yo siento y logré expresar lo que yo soy así sea con movimientos torpes, así sea con poca creatividad, así sea con un pensamiento que no tiene nada de complejo, sea como sea, yo creo que si pude expresar lo que yo soy y además se dio el espacio para poder expresar lo que uno es, porque en muchas ocasiones uno no puede expresar lo que es y esta inmerso a burlas, a piropos mal hechos, a saboteos; entonces el espacio yo creo que a más de uno dejó expresar lo que es, se permitió que uno exprese lo que es, porque se vivió un ambiente reflexivo, respetuoso, tolerante y además comprensivo”. (GF3, p40)**

Lo mencionado denota, que se vivenció la totalidad del cuerpo como ser expresivo, gracias al espacio de taekwondo que con sus ambientes relacionales reciprocas y con actividades explorativas, provocaron que el ser-educando se manifestara tal como es, con su pensamiento, su creatividad, su forma de

actuar y relacionarse, donde el reconocimiento la tolerancia y el respeto juegan en la búsqueda del equilibrio personal y colectivo del grupo.

Con lo anterior y en correspondencia a lo manifestado por Trigo y Rey (1999), del cuerpo existencial, expresivo; es visible que para los estudiantes se vivenció la totalidad del cuerpo expresivo, en su forma de pensar, actuar, de crear, no en excelente desenvolvimiento, pero si en cuanto se deja manifestar lo que se es como cuerpo expresivo, además la parte relacional como forma de expresión y acercamiento con los otros se torna fundamental, pues desde la mirada de los otros se proyectan ambientes y valores que permiten el dejar ser del educando en su manera de ser singular y colectivamente.

Así, desde un cuerpo expresivo y vivenciado a partir de sus segmentos corporales, se dio origen al reconocimiento de sí mismos e identificaron a las demás personas, mediante la empatía humana, ubicándose por un instante en sus condiciones de vida, sin importar sus diferencias.

Por lo que se manifestó que,

**Me llamó la atención que por medio de la dinámica en la que utilizábamos nuestros pies como un medio para expresarnos, podemos sentir y meternos un poco en los cuerpos de aquellas personas que no pueden utilizar sus manos y yo creo que más que incapacitados son personas muy especiales que son diferentes a todo el mundo. (P12),**

Permite precisar que los estudiantes por un momento, desde la vivencia de su cuerpo, identificaron lo que ocurre en estas experiencias, en las cuales se involucraron prioritariamente algunos segmentos corpóreos, en éste caso los pies.

Es interesante el impacto tan alto que tuvieron las experiencias en los participantes; ver como sus segmentos corpóreos, cuando fueron utilizados



intencionalmente, adquirieron vida expresiva, y cómo éste tipo de vivencias, les provocaron estar y meterse en los cuerpos de los demás, reconociendo sus vivencias como personas con dificultades, que son diferentes y especiales ante la mirada del mundo.

Esta situación nos mostró que la clase no sólo era un espacio de recreación de saberes sino también de toma de consciencia social, en la cual el cuerpo como cuerpo expresivo llevó a la identificación de condiciones de vida de los otros y, a la vez, generó procesos de empatía hacia estas otras personas que viven sus vida abordándola de otras maneras con su cuerpo, maneras que también son apreciables y deben ser apreciadas en el contexto social y cultural.

Podríamos pensar entonces, que para que el cuerpo exprese adecuadamente, o se manifieste claramente en simbolismos, se hace necesario la armonía del ser multidimensional, en su dimensión emocional, analítica, gestual, relacional, creativa y afectiva, para que los acercamientos con el otro y con lo otro, se den desde la comprensión y la empatía humana.

Sin embargo, las vivencias que se experimentaron a lo largo del curso mostraron que todos los procesos relacionales y de construcciones humanas se desarrollaron de forma conflictiva o armónica, como elementos indispensables para la interacción y la construcción de la consciencia corpórea, lo que nos demuestra que éste no es un proceso lineal ni fácil y que la armonía del ser depende de la intervención de múltiples factores personales, relacionales y contextuales, con características particulares en cada caso.

## **ACCIÓN-INTENCIÓN IMPACTO EN EL SENTIDO DE VIDA**

Como se visibiliza el deporte re-Creativo tomó otra posición al romper con prácticas meramente corporales y de forma instrumental desde las percepciones de los participantes del curso taekwondo; esto conllevó a que se manifestaran sentires subjetivos en el ser cuerpo de cada actor, que en palabras de Sorín (1992) apunta hacia la calidad de vida de las personas, pero que se hace subjetivo a cada experiencia de la vida que experimenta el ser humano. Aunque el término calidad está muy supeditado a normas mercantilistas que determinan un producto, por lo cual se entra en desacuerdo con esta categoría, pero si desde el punto de vista del autor de considerarla el sentir subjetivo de las personas con referente a sus acciones de la vida.

De esta manera los educandos percibieron que, **“practicar un deporte que sea de agrado para uno, genera en la persona un nivel de salud, recreación y concentración apto para cualquier nivel de vida” (P14)**, con lo cual nos señalaron que, la vivencia en el curso, es de un deporte re-Creativo que corresponde a sus motivaciones, garantiza la producción de beneficios personales y les dio la oportunidad de forjar su bienestar desde la diversión, para construir su sentido de vida, independiente de su condición social.

Sorín (1992, p. 13) nos dice que la “calidad de vida es una categoría psico-sociológica, que se refiere al bienestar subjetivo que las personas sienten, en relación con la satisfacción de sus necesidades; es la percepción psicológica que se tiene de la cotidianidad, el modo en que cada uno la vive”.

Lo expresado por Sorín se relaciona con lo que refieren los educandos con el impacto que les propició la vivencia de una nueva forma de experimentar el deporte re-Creativo, que toca a cada persona de acuerdo a su percepción.

Por lo que se puede decir que la subjetividad juega aquí un papel importante pues desde ella es que los sujetos se expresan, de cómo éste deporte lúdico incide en su ser recreativo, en sus estados de motivación y alerta, que conllevaron a la mejora de la salud humana.

Con relación a lo anterior se expresó que,

**Pues yo digo que la salud si se fomentó pues debido a algunas maniobras que se tenían que hacer, algunos movimientos, se debía tener unas condiciones específicas, no se podía hacer en cualquier condición, se podía lesionar, estaba exigiendo más de lo que podía, y si uno se entrenaba adecuadamente iba hacer mucho más fácil y esto conlleva a mantener el cuerpo parar realizar cada maniobra. (GF4, p27)**

Dejándonos ver que se generó la salud de los estudiantes partiendo de las clases de Taekwondo re-Creativo, esto desde sus propias percepciones, puesto que cada vivencia del curso se desarrolló rigurosamente, bajo la organización y la prevención de las actividades y ejercicios, para evitar situaciones que fuesen en contra de la integridad de los actores, como lo mencionan algunos cuando se exigen en exceso en las clases, pero tomaron consciencia de autorregularse y así ejercitarse mas armónicamente en cada acción.

Por ende, esta experiencia posibilitó que los actores encuentren más bienestar consigo mismos, y en esta perspectiva mencionaron que, **“la verdad es que esta sesión constituye el bienestar individual, que de manera frecuente incide en la salud mental y físico” (P7).**

Ese bienestar personal se fundamenta en la armonía alcanzada en las dimensiones del ser humano desde la experiencia de éste deporte, y se alimenta de ellas en la medida que los sujetos tomaron consciencia de sí mismos, en su actuar, saber, comunicar, querer.

En la perspectiva de Sorín los educandos percibieron que se fomentó su salud humana desde el curso de taekwondo, puesto que según ellos las actividades que se realizaron siempre estaban bajo unos cuidados y organizadas, de éste modo en éste espacio de entreno de vivencia, los educandos tomaron consciencia de que si excedían en la practica de ejercicios y actividades iban en contra de su inmunidad y por ende se autorregularon para vivenciar la actividad física equilibradamente, encontrando su bienestar personal de su mente encarnada en su cuerpo.

En éste sentido,

**Porque el deporte está muy ligado a la salud, humm, si uno practica un deporte sabe que está manteniendo una forma activa y eso le permite tener una buena salud, pues en mejora o por lo menos para mantenerla en momentos en un nivel para poder vivir. (GF4, p25)**

En tal sentido se puede señalar que la diversidad de experiencias que vivenciaron los sujetos en el curso de Taekwondo re-Creativo, repercutieron en su ser multidimensional, lo que facilitó la continua exploración de su ser mismo en busca de su salud, alimentada esta desde los flujos relacionales, cognitivos, desde la ejercitación y la exploración de sí mismo, con el otro y lo otro; reflejadas en cada acción humana y desde la empatía reciproca.

Entonces se denota que durante todo el proceso formativo que vivenciaron los participantes, experimentaron un deporte re-Creativo desde nuevas formas de exploración, dado desde el juego, la lúdica, la creatividad, el ejercicio técnico, actividades problémicas, que impactaron de forma positiva en la Formación Integral personal y colectiva de los educandos, donde se benefició la salud existencial de un cuerpo que piensa, siente, expresa, actúa, en relaciones interdependiente con los otros y lo otro.

Estas vivencias lo reflejan cuando se expresa **“que si controlo muy bien mi respiración puedo recuperarme, luego de un extenuante ejercicio y controlar mi problema de asma, además de mi forma de dibujar con los pies” (P12)**, manifestando al parecer una toma de consciencia de su autorregulación para hacer ejercicio; es así como se percibió lo importante de regular su respiración, pues al tomar consciencia de ella, lograron incidir positivamente en sus estados de salud, que en éste caso, significó controlar su problema de asma después del ejercicio, o en otras experiencias, resultado de las vivencias personales obtenidas en las clases.

En esta línea Castañer y Camerino citados por López (2000, p, 163), denominan la respiración y la relajación como, “capacidades de mediación energética”, y que son imprescindibles para el funcionamiento del propio cuerpo y catalizadoras de las demás capacidades motrices, sean estas de tipo preceptivo, condicionales o sociomotriz”.

Desde lo formulado por Castañer y Camerino, dan cuenta de la respiración como capacidad que regula los procesos de las diversas dimensiones del ser humano, que se relaciona con lo señalado por los educandos cuando por medio del control de la respiración se mejoró su salud en términos de influir positivamente en una enfermedad como el asma.

Entonces podemos expresar que la regulación de dichos procesos como la respiración benefició la salud de las múltiples dimensiones del ser humano, en éste sentido se generó una toma de consciencia de los educandos en torno a que la actividad física y con autocontrol de sus acciones predispone al ser de salud, favoreciendo sus procesos formativos de la clase y de la vida diaria.

Por eso en correlación a lo expuesto atrás se expuso que,

**En la salud física a partir de que soy asmático se mejoró y en la salud mental también, pues espacios de reflexión después de una clase que puede metaforizarse, o vemos como un día de trabajo pues uno se acuesta y uno ni si quiera piensa como le fue en el día, eso puede ser el día como una clase, por eso es importante evaluarnos después de uno hacer, después de uno ejecutar, y eso nos contribuye como decía mi amigo aquí a una salud mental. (GF4, p29)**

Es decir los educandos se perciben nutridos de salud física y de pensamiento, puesto que la vivencia del curso era mediado por variedad de experimentaciones que posibilitaron que los estudiantes estuviesen en continuo reflexionar de sus pensamientos, acciones, sentimientos que interaccionaban desde la experiencia pedagógica.

En tal sentido lo anteriormente expuesto se correlaciona con lo mencionado por Castañer y Camerino, cuando plantean la respiración como una capacidad de autorregulación energética, por lo que los educandos percibieron mejora en el control de sus patologías corpóreas, de éste modo se visibiliza un impacto en la armonía del cuerpo como sujeto vivencial, puesto que se dinamizan sus energías desde el control y la reflexión constante, que beneficiaron la dimensión física y de pensamiento.

El indicar que,

**Hoy descubrí que es muy importante el deporte pues por medio de éste podemos mejorar la calidad de vida haciendo que nos integremos a otras personas y dejando de lado las rutinas que de una u otra manera todos tenemos en nuestra vida (P5),**

Nos permite señalar el papel tan significativo que toma el deporte para la vida de los participantes; pero también nos señala que no se trata de un deporte mecanizado, sino un deporte que tiene otra esencia, de carecer interactivo, liberativo y propositivo.

El carácter subjetivo de la calidad de vida que plantea Sorín (1992), encontramos que se relaciona con lo que expresaron los estudiantes, ya que para ellos esa calidad de vida también se relaciona con las formas de relacionarse con sus semejantes y como el deporte es el medio que facilitaba que dichas acciones se emprendieran y además que esta nueva forma de deporte alejaba a los actores de las situaciones tradicionales de la vida diaria

De esta manera esta forma de ver el deporte arroja un impacto en la calidad de vida de los actores involucrados, puesto que,

**Por medio de esa manera nueva de ver el deporte esos compañeros se están dando cuenta y están descubriendo muchos aspectos de su vida y que son diferentes al ámbito intelectual y al ámbito de los libros, sino que se están dando cuenta de que predomina el ser y predomina el sujeto, predomina el espíritu, y todo eso, de cómo la mente, de cómo el cuerpo y como el espíritu pueden hacer una persona integral mas allá de lo normal. (GF3, p26)**

También los apartó de las situaciones habituales de la vida, que de una u otra forma los mantienen en condiciones de tensión, estrés o vivencias repetitivas, y cómo por medio de las vivencias del curso se cambian estos estados personales y relacionales con la otredad y el entorno.

Al respecto Freire (1997, p. 57) dice que “la conciencia del mundo y de sí mismo como ser inacabado inscriben necesariamente al ser consciente de su inconclusión en un permanente movimiento de búsqueda”

Lo mencionado por Freire se relaciona con lo que perciben los educandos desde la vivencia del curso Taekwondo, pues experimentaron nuevas nociones de sí mismos que les posibilitaron encontrarse como seres complejos e inacabados.

En éste sentido los estudiantes tomaron consciencia de sus múltiples posibilidades corpóreas, en la medida que exploraron la gran diversidad de experiencias en las clases de Taekwondo re-Creativo, donde se asumen y vivenciaron como totalidad humana y no se quedó sólo en el ámbito cognitivo, mecánico del deporte, sino que posibilitó el darse cuenta que predominan como cuerpo existencial que piensa, siente, expresa, y actúa en el mundo de la vida.

Al respecto se reveló que, **“por medio del deporte equilibre esa carga tan pesada que traía sobre mi espalda” (P5)**, dando a entender lo relevante que se torna éste espacio para la vida, es decir en la fraternidad del ser multidimensional, al permitir su armonía y liberándolos de sus estados rígidos de la vida matutina.

Por consiguiente se podría señalar que éste deporte también recoge su fundamento en la promoción de la diversidad de ambientes y experiencias vivenciadas, buscando posibilitar que los actores se experimentaran tal como son: sujetos ínter corpóreos, desde una interacción yo, otro, cosmos y así logra intervenir de forma positiva en su calidad de vida.

Por ende en relación a lo anterior y desde la visión de Freire se puede decir que los educandos encontraron armonía en su ser cuerpo por medio del deporte, que debido a su diversidad de ambientes experimentados les permite ver a su ser como inacabado y que siempre hay posibilidades mientras haya vida existencial en su totalidad humana.

Lo cual permitió expresar que,

**Si uno sabe algo, lo tiene que dar a conocer a los demás, pues si uno lo sabe para uno mismo pues de que sirve, eso esta dentro de la calidad de**



**vida, hay que aprender a ser mas humano, a sentir más, llevar las cosas de corazón, a hacerlas con amor, cosas, cositas, sentimientos que desafortunadamente se pierden, nos volvemos mas mecánicos, solamente físicos, tangibles, si yo trabajo es porque me van a pagar hemm, nos hemos dado cuenta que en el transcurso del curso, cuando uno hace las cosas sin esperar nada a cambio, siempre va a tener la oportunidad de aprender más, si uno le sirve a los demás, si uno tiene la capacidad de servirle a los demás, de poder vivir en comunidad, la misma vida se encarga de recogerle todo lo bueno y dárselo a uno mismo, de alguna manera puede ser bendecido en lo que un hace, mucha gente se pega de la calidad de vida pues porque es pobre y la calidad de vida es mucho mas amplio, no solamente el dinero, lo físico, la calidad de vida para mi es el amor a los demás, servir a los demás, que si tengo que aprender algo, también debo aprender, ese tipo de experiencias lo pude vivir en éste curso porque con el simple hecho de conocer a una persona ya es una experiencia y ya es algo positivo para mi vida y entonces la calidad de vida aumenta y se vuelve uno mas persona, mas humano y sirve para más adelante a ayudar a las demás personas. (GF4, p55)**

Es decir se puede apreciar que los educandos tomaron consciencia de su capacidad de compartir sus pensamientos, conocimientos, sus emociones en relación con los otros, pues de éste modo se nutrió la calidad de vida en pro de su humanización, pues muchas veces el interés por recibir algo a cambio se dejan escapar aprendizajes significativos para la vida, de éste modo el curso les facilitó otra forma de vivir, aprender y relacionarse con los demás y su entorno, reflexionando la calidad de vida más allá del aspecto físico del ser.

Pues de éste modo,

**Fue muy rico socializar ese conglomerado de pensamiento y llegar a entender que el sujeto no es sujeto en la soledad sino que es sujeto entre sujetos, y que en el colectivo se construye conocimientos, se construye negociación, se construye, hemm, de pronto lazos fuertes de amistad y porque no de amor dentro del colectivo, a pesar de las diferentes concepciones, pero llegamos a una negociación donde todos compartimos, conocimientos, nuestro saber, y experiencias para estar de acuerdo con uno definitivo. (GF3, p24)**

Por eso se puede indicar que el espacio educativo para los estudiantes fue de gran impacto, puesto que la diversidad de visiones de sujeto y de mundo que se

correlacionaron desde las diferentes profesiones, permitían que las vivencias nutrieran la interrelación y de que comprendieran la interdependencia entre las personas y para la construcción de los fenómenos cognitivos, emocionales, relacionales y que de esta forma se consoliden en reciprocidad los procesos formativos.

Al respecto Freire (1997, p. 59) dice que,

**Es también en éste sentido como la capacidad de diálogo verdadera, en la cual los sujetos dialógicos aprenden y crecen en la diferencia, sobre todo en su respeto, es la forma de estar siendo coherentemente exigida por seres que, inacabados, asumiéndose como tales, se tornan radicalmente éticos.**

De esta manera lo que nos muestra Freire es que, es la capacidad dialógica del ser humano la que le permite construirse mutuamente con los otros, lo cual se relaciona cuando los educandos expresan que es el diálogo el medio por el cual surgieron encuentros y desencuentros con los otros.

En éste sentido los educandos percibieron que es importante el espacio que se facilitó en el curso para la palabra, pues de éste modo les permitió compartir un entretendido de pensamientos que deja entrever el valor que toma el otro para el crecimiento de si mismo, es decir el educando desde la interacción comprende que el ser personal necesita de la otredad para el crecimiento humano, relaciones que a la vez alimentaron las construcciones colectivas y donde se tornaron situaciones reciprocas afectivas, cognitivas, emocionales y relacionales.

Por ello se puede decir que la experiencia pedagógica tuvo su impacto en la calidad de vida de los actores-sujetos; en éste caso se reflejan en condiciones subjetivas, algunas ya antes mencionadas en acápite anteriores, como la toma

de consciencia, los procesos relacionales, cognitivos, afectivos y saludables, las cuales conllevan a la apreciación de la existencia humana.

Ahora bien, algo que es importante de abordar en éste trabajo y que nutre la calidad de vida de los seres humanos, son los valores, ya que por ellos los sujetos se posicionan como personas ante sí mismas y ante el mundo.

En tal sentido en la calidad de vida, los valores constituyeron aspectos que proporcionan escalones firmes para los sujetos, para su integración con el mundo; en los cursos de Taekwondo, estos valores adquirieron significaciones entre los educandos, que fueron desde “encontrarse” consigo mismos y con los otros y “apreciar” el mundo y la vida que nos rodea; por lo cual señalaron que debemos, **“valorarnos como personas y seres humanos y a la vez valorar a las demás” (P12).**

En éste sentido el valor de si mismo se puede decir que está muy relacionado con la diversidad de posibilidades que vivenciaron los educandos en el curso desde su sentir, pensar, actuar, expresar, en juego recíproco entre el yo, el otro y lo otro, donde surgió el reconocimiento por la mirada del otro; por lo que se puede manifestar que, **“aprendí a valorar más a las personas y me pude dar cuenta que tanto ellos como yo, pues, tenemos igual importancia” (GF3, p1).**

De esta manera se generó una toma de consciencia del valor de la relación yo, otro, como sujetos semejantes y fundamentales para la formación de los estudiantes y en el proceso interactivo del curso, pues ellos expresaron que, **“se fomentó el respeto por las diferencias del otro, valorar al otro por sus actitudes y comportamientos, el compañerismo y el trabajo en equipo, la tolerancia, la sinceridad, y la autoestima” (GF5, p30).**

Lo cual podemos indicar que los estudiantes percibieron la provocación del respeto a las formas de pensamiento, sentimientos y actuaciones del otro donde tomó valor el ser distinto a los demás, y con lo cual también surgió el trabajo en equipo, la confianza, el **“compañerismo, honestidad, puntualidad, respeto, solidaridad, responsabilidad, prudencia, comprensión y disciplina” (GF5, p31)**. Es decir el reconocimiento de la interdependencia con el otro lleva a construcciones simbólicas y desde lo cual le permite al educando estimarse.

En tal sentido, en palabras de Freire, observamos como la capacidad de diálogo entre los sujetos les permitió crecer en la diferencia y sobre todo en el respeto, lo cual corresponde con lo mencionado por los educandos desde sus vivencias consigo mismos, con los otros y su entorno, dados los diversos ambientes interactivos en las clases de taekwondo; lo cual deja entrever, cómo el intercambio dialógico entre los educandos propició el desencadenamiento de valores humanos, surgiendo el valor de si mismo, el valor por el otro y el valor de los fenómenos vividos mutuamente.

Porque de manera personal ellos percibieron que, **“muchas veces no aprendemos a valorarnos como seres humanos, no valoramos nuestro cuerpo y no nos interesamos por acercarnos a descubrirnos nosotros mismos, no miramos toda esa grandeza que hay dentro de nosotros” (P12)**.

Haciendo referencia al tipo de relación que se dio con el otro, en el que desde un proceso de intercambio se espera obtener una formación de carácter ético, con un sentido eminentemente moral, que tiene que ver con el sujeto mismo.

Parece ser, que los educandos viven un mundo sin sentido, en el cual, las experimentaciones que se dan en la relación enseñanza-aprendizaje, tanto consigo mismo como con los otros y el medio, no los sensibiliza en su ser persona, en apreciarse y vivenciarse como cuerpos-sujetos, también se denota el no asumirse como seres de posibilidades, que guardan sueños y esperanzas para su transformación.

Por lo que Freire señala que desde el diálogo los sujetos se asumen inacabados lo cual se tornan radicalmente éticos; esto entra en relación con lo expresado por los educandos, pues ellos percibieron que desde las vivencias interactivas con los otros, se originó una reflexión ética de sí mismos, donde se originó asunción de si mismo en cuanto se inconcluso y con potencialidades de ser sujeto-cuerpo.

Esta nueva acción del deporte-intención, facilitó que los sujetos estuviesen en búsquedas constantes que incidieron en la toma consciencia desde sus formas de pensamiento, actuaciones, expresiones, emociones y la formas de relación consigo mismo, con los otros y lo otro. Deporte que impacta en la subjetividad de cada sujeto y desde ella cada actor le encontró un significado para su sentido de vida.

## **8.2 INTERSUBJETIVÁNDOSE**

### **LA INTERACCIÓN, POSIBILIDAD EN LA CONSTRUCCIÓN CORPÓREA**

El hecho de percibir que la manera como se da **“la interacción entre humanos nos permite establecer relaciones armónicas y de equilibrio” (P6)**, dentro de un desarrollo pedagógico, se pone en vilo lo fundamental de dicho proceso para la socialización de los sujetos en el aula de clases y cómo éste mecanismo se convirtió en un facilitador de encuentros y desencuentros entre las personas,

de sus vivencias humanas, lo cual pone a considerar que los sujetos no se forman individualmente, sino que necesitan el reconocimiento de los otros y de lo otro para su humanización.

En éste caso, la interacción se mostró como medio regulador de las manifestaciones humanas, la cual posibilitó que los sujetos entablaran e intercambiaran expresiones verbales y no verbales, que se convirtieron en importantes a la hora de relacionarse y construir procesos participativos recíprocos, y que alimentaron a los actores de la experiencia, de forma personal y colectiva.

En éste sentido O'Sullivan, et. al. citados por Rizo (2005), expresan que la interacción puede ser comprendida como “el intercambio y la negociación del sentido entre dos o más participantes situados en contextos sociales”.

Es decir esta interacción se experimentó como un proceso regulador de las vivencias humanas, al posibilitar el intercambio de expresiones verbales y no verbales, en similitud con lo mencionado por O'Sullivan, et. al; pero más allá, la interacción se convirtió en un proceso fundamental puesto que permitió el reconocimiento del otro, en donde se pueden construir acciones humanas participativas y recíprocas, desde las diversas simbologías personales y colectivas puestas en situación en las clases.

Por ende en las interacciones vivenciadas,

**La cooperación entre los actores se vuelve importante para la realización de actividades puesto que permite negociar y llegar a acuerdos, permite integrarse, conocer lo que el otro es y piensa, construir y solucionar situaciones no sólo de la clase sino también de su contexto social. (P5)**

De éste modo se expresó que hay necesidad de la ayuda mutua para sacar provecho de cada situación, sea de forma personal o en equipo, por ello

también se da relevancia al trabajo que se hizo en grupo y cooperadamente, al fructificar de ello más aprendizajes para la vida.

Lo anterior se asemeja a la interpretación que O'Sullivan, et. al, realizan de la interacción, como espacio de negociación; pero aquí se muestra que esta reciprocidad fue relevante desde los productos que ofrecieron las actividades, porque se propició la generación de acuerdos mutuos, se facilitó la integración con los demás y dio paso al reconocimiento del otro en su ser mismo y en la solución mutua de conflictos, no sólo desde la clase sino en otros contextos socioculturales.

Reforzando lo anterior también se señaló que, **“pues yo, considero que la percepción más grande es que a través del intercambio de ideas se podía respetar y tolerar a los demás” (GF2, p29)**. Es decir, se percibe que es de gran impacto, la reciprocidad de manifestaciones humanas desde el pensamiento y a partir de allí tener más acercamientos con los otros, dada de manera respetuosa y con aceptación mutua.

Se puede indicar que la experimentación de nuevas sensaciones, dada con la interacción recíproca, es de mucho significado, puesto que se origina un canje de ideas o símbolos, que provocan relaciones armónicas, influenciando valores, como el respeto y la aceptación por los demás; esto concuerda con lo expresado por O'Sullivan, et. al; al presentar la interacción como intercambio de sentidos, puestos en situación desde un contexto y unos actores.

Por eso se mencionó que, **“yo creo que a pesar de que las otras personas no opinen igual que uno siempre se tiene el respeto de la libre expresión, yo creo que todos pudieron mirar de una forma diferente lo que cada uno pensaba” (GF1, p16)**. De esta manera se visibiliza que hay diversidad de

formas de pensamiento desde la experiencia y como esta misma diversidad hizo posible el reconocimiento del otro, a su libre ser con su palabra; generando así el respeto solidario de la forma singular de cada sujeto.

Lo anterior se puede relacionar con lo planteado por O'Sullivan, et. al, porque es importante el intercambio de devenires de sentidos humanos dentro de un contexto axiológico donde priman el respeto y la libertad de los educandos en el intercambios de ideas, informaciones, conocimientos, lo que permite que la relación se proyectara más hacia el reconocimiento del otro a partir de allí, de su complejidad particular.

Vemos entonces que el proceso de interacción que se vivenció a partir de la experiencia pedagógica docente-educandos, deja entrever la consciencia, de la interdependencia de los otros para la formación de los mismos, en la medida que en los encuentros y desencuentros surgió la ayuda mutua, el respeto, la amistad hacia el otro y la aceptación en sus diversas formas de pensar, actuar, sentir, expresar, que generaron las relaciones solidarias y sensibilizaron en torno a las construcciones de equipo.

En éste sentido se puede decir que se generó un proceso de sensibilización hacia el trabajo cooperativo a partir de las vivencias interactivas de las clases, pues desde la diversidad de pensamientos, sentimientos, expresiones y actuaciones encontradas, el entablar relaciones de cooperación y obtener grandiosos beneficios para el grupo se torna en un reto para los participantes, pues así se estima cuando se expresó, **“que trabajar en grupo a veces es difícil, pero en equipo se consiguen logros muy grandes”** (P14).

En tal sentido esto da cuenta de lo relevante que fue el trabajo cooperativo realizado con sus semejantes-los otros, por lo que permitió conocer desde la



construcción colectiva cómo se puede hacer frente a muchos obstáculos personales y dejar a un lado el individualismo desenfrenado que impone la sociedad contemporánea. Al parecer se puede indicar que es desde los procesos de interacción cooperativa, que existen posibilidades de cambios en nuestras sociedades, en pro de la consciencia colectiva de la humanidad.

Lo anterior se correlaciona cuando se mencionó que,

**La importancia del curso para mí fue el trabajo en grupo, la colectividad, el compañerismo, y si, me ha servido mucho para mi carrera porque mi carrera está basada en servir a la comunidad y si voy a servir a la comunidad tengo que aprender a ser compañerista, tengo que aprender a servirle a los demás, tengo que aprender a respetar a los demás, su pensamiento, hemm, con lo que ellos piensan, con respecto a cualquier tema, y también he aprendido a servir a las personas con lo poco que se, que es algo muy importante. (GF4, p21)**

En esta perspectiva el trabajo colectivo, abordado desde la unión y la amistad, se tornó relevante, pues de esta forma se nutrió personalmente y también se trasciende para la vida profesional, puesto que las características de la carrera se desenvuelven desde el trabajo social, es decir en constante interacción con las personas, y cómo partiendo del curso se fortalecen dichas relaciones fundadas armónicamente desde la solidaridad y el reconocimiento a la diferencia.

De lo cual se puede decir que, **“me di cuenta que a pesar de que no me gustaba trabajar en grupo, ehmm, la experiencia podía llegar hacer gratificante y algo placentera” (GF3, p11).**

Esto nos indica, que se originó una sensibilización en torno al trabajo colectivo, teniendo en cuenta que muchas veces no fue del gusto de los mismos, pero que con actividades o ejercicios que resultaron del gusto, esta vivencia resultó más atractiva y amena.

De éste modo Xirau citado por Rizo (2005), indica que,

**Cuando percibo a 'otro' lo percibo como un ser encarnado, como un ser que vive en su cuerpo, es decir, como un ser semejante al mío, que actúa de manera semejante a como actúo y que piensa de manera semejante a la manera en que pienso.**

Lo que Xirau expresa es que cuando hay un reconocimiento del cuerpo existencial del otro como semejante al sí mismo, descubro afinidades conceptuales, actitudinales y comportamentales que promueven los acercamientos mutuos. Esto se relaciona con la relevancia del trabajo mutuo que se plantean experimentar cuando se desarrolló actividades de la clase con los otros.

En éste sentido lo que se percibe es que se sensibilizó en torno a construir procesos colectivos, en los cuales se visiona la íntersubjetividad como fundamental en los encuentros interactivos, es decir se encontró trascendental las relaciones con los otros, puesto que dichos acercamientos permitieron reconocer su semejanza con los otros, trabajando mejor y recíprocamente, también de forma amena y donde fluyeron los valores que ayudan a regular las interacciones humanas.

Esto se desencadenó dado los espacios que concedió el profesor en las clases para con los participantes y los cuales son aprovechados por los mismos, generando intercambios de diálogos, conocimientos, informaciones, etc, que posibilitan el crecimiento y el reconocimiento colectivo; en éste sentido se expresa que,

**Pues tuve la oportunidad de enseñarles incluso en una clase algo de lo que yo se y eso fue enriquecedor tanto para ellos como para mi, en esa clase pude enseñar y a la vez aprender mucho porque sé que dentro de mi carrera tengo que enfrentarme al público, tengo que enfrentarme con algunas personas que me van a escuchar y de alguna manera tengo que**

**hacer que esas personas me entiendan lo que yo esté diciendo, eso es algo a favor del curso y que personalmente estoy muy agradecido con esa oportunidad que pude vivir dentro del curso como tal. (GF4, p21)**

Con lo que se puede decir que desde el curso se posibilitó la libertad para la participación, compartiendo con los compañeros ya fuesen ideas personales o relacionadas con sus carreras académicas; en éste sentido se vivenciaron espacios de enseñanza-aprendizaje significativos y que provocó la sensibilización en torno a los acercamientos horizontales con las personas en los procesos de dialogo y escucha.

El planteamiento de Xirau, de percibir al otro como el sí mismo, donde se nociona la íntersubjetividad, aquí se muestra la asunción del si mismo a partir de una colectividad, en la cual se posibilitó un proceso de feed back, que permite crecimiento personal desde la mirada del otro y viceversa; se puede decir que se produjeron posicionamientos frente a las ideas, actuaciones, expresiones, pero se hacen entendiendo la semejanza con los otros, que a la vez llevó a diferenciarse desde la íntersubjetividad.

En éste sentido cabe expresar que por medio de esta interacción, que se vivenció de manera cooperativa desde las dinámicas de clase, se dio paso al encuentro e integración de los sujetos que son a la vez únicos y diversos, pero que se confabulan entre sí, para compartir sus experiencias y aprendizajes, con lo que se generaron ambientes caracterizados por la confianza y compañerismo; por ello se apreció que, **“se generó una dinámica con la cual compartimos más entre compañeros” (P7).**

Pero decir que éste compartir no se relega sólo a situaciones de intercambio de conocimientos, e informaciones o compartir ideas para darle solución a algún problema de clase, sino que se posibilitaron acercamientos personales mutuos,

que hacen referencia a la vida íntima de las personas. Por ende, se expresó que se compartieron, **“también experiencias personales, porque ahí se torna un diálogo con los demás pues, una amiga vio un amigo en mí, confió en mí, me contó cosas que ni a su familia le había contado, entonces siempre se vio esa relación”** (GF1, p29).

Es decir como ya se mencionó, la interacción dentro de la experiencia permitió un compartir de diversidad de sentidos y donde en los lenguajes que se generan, provocaron el comunicar las experiencias personales con los otros y que al parecer son muy íntimas, donde surgió el compañerismo y confianza recíproca.

De éste modo estos espacios integrativos que se facilitaron en las clases, como se dijo en líneas atrás, permitió un compartir de experiencias, que fueron desde aquellos aprendizajes personales que se dan en las relaciones cotidianas que tenemos con el mundo, hasta en lo académico; por tal razón fue frecuente observar que se dialogó en torno a temas como,

**Que estaba lloviendo mucho, que hay un desequilibrio en el clima, alguien comenta sobre el efecto invernadero, una estudiante sugiere que le expliquen más sobre ese fenómeno pues no lo entiende, una estudiante de química le explica dicho fenómeno y así se tornan discusiones que alimentan a cada uno de los participantes. (P13)**

Así, en éste transcurso de interrelaciones se puede percibir que se propició la sensibilización del sujeto en su ser mundo y se afianzó un espacio de socialización desde la multiplicidad de experiencias, que nutren la subjetividad y la intercorporeidad de los participantes.

En relación con los acápites anteriores Hegel citado por Marcondes (1996), expresa que,

**La conciencia y el sujeto deben ser considerados como formados, es decir, como resultado de un proceso de formación el cual es fundamentalmente un proceso de interacción, de un lado de la conciencia con el mundo y por el otro de la conciencia con las otras conciencias.**

En tal sentido se asimila lo expresado por Hegel a lo señalado por los educandos, cuando con la interacción que se vivencia desde el curso, se reflexionó sobre el mundo y las implicaciones de éste sobre los seres humanos.

Se puede indicar que se muestra la conciencia de mundo, que surgió de los intercambios de pensamientos y experiencias de los educandos en la clases de taekwondo, los cuales se pueden señalar como acercamientos entre la conciencia de si mismo y la conciencia del otro y que dichas interacciones íntersubjetivas llevaron a reflexionar y tomar conciencia del entorno natural o de mundo, en donde se desenvuelven los actores de la experiencia.

Pues así, se mostró desde la vivenciación en las clases de taekwondo, al haberse referido que,

**En el ámbito de grupo yo considero tipos de dialogo, discusiones sobre algún tema, o las soluciones que uno hacía en grupo, como realizar algunas actividades o es muy lógico que entre los humanos tenga que haber intercambio de información para poder coordinar mejor las ideas y además como lo hemos dicho antes estaba propiciado el ambiente con mas facilidad (GF1, p24).**

Es decir, la interacción fue la constante en las vivencias en las clases de taekwondo, dado los ambientes y los encuentros recíprocos, y donde la palabra constituyó el puente conector de subjetividades e íntersubjetividades, que posibilitaron compartir el flujo de informaciones, conocimientos, experiencias personales de vida en relación con el entorno, que de éste modo contribuyeron a armonizar los pensamientos, sentimientos y actuaciones de sí mismos, de manera colectiva y frente al mundo.

Por ende la mirada de Hegel se torna importante en relación con el intercambio de las conciencias con las otras conciencias, es decir de la conciencia de sí mismo con la del otro; esto concuerda con lo que indicaron los relatos, en relación con la facilitación del acto interactivo a partir de los ambientes de clase, cuando en éste se propició el dialogo, la discusión, el trabajo mutuo, lo cual posibilitó el intercambio de las ideas e incidió en la armonía de las relaciones y los acuerdos; en éste sentido éste gramaje de relaciones posibilitaron que la conciencia de sí mismo sea, en la acción íntersubjetiva con las otras conciencias.

Por lo que se manifestó que,

**Se generaron muchos procesos de socialización y lo que surgió es un ambiente de aprendizaje único por que uno no va sólo ha aprender lo que diga el profesor sino que uno se da cuenta que al estar interactuando con otra persona con un compañero se tiene doble conocimiento. (GF5, p23)**

Es decir, los procesos interactivos que se vivenciaron no estaban supeditados a lo que el docente indicara en relación con las temáticas del curso, sino que se desenvolvía como un ambiente de aprendizaje nuevo en las experiencias de clase, permitiendo la participación activa en relación reciproca con los compañeros y con la clase misma.

En esta perspectiva Goffman, citado por Rizo (2005), expresa que, “las interacciones son la realización, regular y rutinaria de los encuentros, o dicho de otra forma, son situaciones sociales completas, lo cual las aleja de los meros actos lineales de transmisión de información”.

Lo que se observa es que se da una vivenciación en el curso de una forma interactiva dinámica que sobrepasó lo mera mente mecánico de la clase como disciplina deportiva, es decir la diversidad de experiencias fueron reguladas por la interacción continua que hizo que se produjera intercambios de experiencias

de vida y desde lo académico; esto en similitud con lo planteado por Goffman, donde la interacción es más que intercambio de información.

Se puede indicar, que se experimentaron diversos ambientes de aprendizaje, en los cuales la interacción es el medio que armoniza las relaciones que los actores entablaron, dentro de la relación, yo, otro, medio; se muestra que los espacios de la clase no se encontraban en imposición del profesor, sino que se permitió que los estudiantes fuesen activos y participativos, lo cual posibilitó que los ambientes de clase no fuesen tan lineales encerrados en la disciplina y su parte técnica.-física, sino que se generaban el compartir experiencias personales, académicas, y del mundo; lo cual nutría a los participantes y les causó impacto en su sentido de vida.

Al respecto expresó un educando,

**Porque en mi caso por ejemplo, al principio yo no conocía a nadie e iba solamente las primeras clases hacer ejercicio; ya después empecé a dialogar, hablamos con todos y todos, entre todos nos integramos a hacer ejercicio y caí en cuenta que también iba a las clases a estar ahí en colectivo con los demás. (GF2, p17)**

Es ver entonces como en el proceso de la práctica pedagogía y por medio de los ambientes interactivos que se facilitaban, propiciaron cambios personales al poderse desenvolver constructivamente con sus compañeros mediados por el diálogo, el ejercicio y lo colectivo relacional.

Desde Goffman lo relatado logró configurar una visión completa de la vivencia, en cuanto trasciende la mera ejercitación y se empiezan a construir en él sentidos de pertenencia a un colectivo; la interacción emergió aquí como la herramienta dinamizadora de los procesos holísticos de concientización del ser humano.

Aquí se muestra que se logró superar la concepción de acción corporal, como un acto meramente motor, de sólo hacer ejercicio, y poco a poco llega a experimentarse como un sujeto de relaciones con los otros; esto se muestra cuando se señaló que se dio un proceso de acercamiento social que a la vez se torna dinámico en la socialización de los participantes; éste fenómeno permitió el desenvolvimiento constructivo en las sesiones clase, desde un proceso interactivo, que hizo que el curso se saliera de procesos lineales, que conciben el aprender como una acción marcada normativamente sobre un objeto, en éste caso el aspecto técnico-mecánico de un deporte, trascendiendo hacia procesos flexibles de formación, que se dieron gracias a la interacción social.

Con respecto a esto se señaló que,

**Yo vi, una sensibilidad colectiva, por ejemplo a mitad de clases ya había mas unión entre el grupo, ehm diálogos, recocha, no sólo era sólo hacer ejercicio, al final nos veníamos hablando y esto se sensibiliza en torno al trabajo colectivo, y la otra vez que fuimos al Diamante pues que todos los de Taekwondo, todo el parche Taekwondo estaba, eso es unión en grupo, todos estábamos unidos, se notaban los demás grupos cada uno por su lado pero el grupo de Taekwondo estaba todo unido es muy interesante. (GF2, p13)**

Por consiguiente se puede indicar que hubo una sensibilización en los encuentros con los otros, donde se construyeron relaciones humanas, enmarcadas en diálogos y situaciones amenas que provocaron la concienciación colectiva de trabajos, actividades y que conllevaron a la unión de equipo de forma relacional y trascendiendo el espacio de hacer sólo ejercicio corporal.

Desde Goffman se percibe que en las clases, la interacción actúo como medio dinamizador del encuentro personal con el otro, es decir los coloca cara a cara con el alter, de modo emocional, comportamental y actitudinal, en una situación de acercamiento, para construirse colectivamente; pero, a su vez, al parecer la



interacción también cumple con una función reguladora, porque se alcanza a visualizar una tendencia a homogenizar el comportamiento del grupo, en el que se alimentan lazos de dependencia que pueden comportar unos códigos de identidad ocultos, orientados hacia la construcción de modelos de fraternidad implícitos en el imaginario de los educandos.

De lo anterior se observa que hay asunción social a partir de la sensibilidad que se genera en el acercamiento con otros, lo que coloca a la interacción como el camino de alcance de la percepción personal del sí mismo desde el otro; pero de acuerdo a lo evidenciado, esta interacción debe proyectarse hacia el trabajo mutuo, para permitir el encuentro cara a cara y facilitar los reconocimientos a que halla lugar, lo que da paso a la formación axiológica con base en una acción comunicativa de apertura y horizontalidad dialógica.

Sin embargo la interacción se concibe como un medio regulador, que por medio de los diálogos y situaciones que se propiciaron dentro y fuera de la clase desde los actores, se sensibilizaba para desarrollar la unión colectiva; pero donde según se percibe se trata de condicionar al grupo a unos patrones de comportamiento que los lleva a ser dependientes unos de otros para construirse en armonía como grupo.

Esto se reafirma cuando se enunció que, **“se sensibilizó en cuanto, que como seres sociales, dependemos de los otros para nuestra formación y también ellos necesitan de nosotros y que no se debe rechazar las relaciones o acercamientos con los demás y el entorno” (GF2, p62).**

Es decir que como seres humanos se pone en vilo la interdependencia de los otros y del mundo para nuestra formación, lo cual se puede decir que se

constituye en un proceso construido desde las partes, en otras palabras desde la relación yo, otro, mundo, que lleva a nuestra humanización .

Por su parte Xirau citado por Rizo (2005), propone que el otro es similar al si mismo, porque piensa, siente, y actúa en similitud al si mismo; lo cual se correlaciona a lo indicado por los educandos, cuando ellos expresan que logran sensibilizarse en las interacción generadas con los otros, donde surgen situaciones de dialogo e intercambio mutuo, que permiten el camino para el autoreconocimiento y el reconocimiento del otro, pero cabe agregar que también hay una percepción de la importancia de la relación con lo otro porque contribuye al proceso de formación del ser humano.

En éste sentido se señaló que durante la vivencia en el curso se adquirió doble aprendizaje, debido a la diversos ambientes interactivos, unos en relación con los temas de la disciplina, como la ejercitación, la técnica, y otras actividades, y por otro lado puesto que éste espacio facilitaba los acercamientos con los otros, donde se compartían experiencias de la vida cotidiana, al igual que de la vida académica.

Estos ambientes generaron procesos de reconocimiento y empatía en la experiencia académica, puesto que con los acercamientos, en el compartir pensamientos, actuaciones y emociones se deja ver en el otro una persona semejante al si mismo, pero también es fundamental la relación con lo otro; lo cual se muestra con el compañerismo, la amistad, la palabra, el compartir experiencias personales y con el mundo; en otras palabras el educando toma consciencia de interdependencia con lo otros y el mundo para forjar caminos que conlleven a alcanzar una formación más humanizante y con sentido de vida.

Se puede decir, que en éste espacio académico se promovieron procesos de socialización, que parten de inquietudes y las discusiones que los participantes tienen sobre sí mismos o sobre el mundo, conllevando al intercambio de saberes y experiencias, que desde lo personal enriquecieron la consciencia colectiva.

Es desde esta socialización intercorpórea, que surgió el autoreconocimiento y lo cual se forjó partiendo de la relación con el otro y lo otro; al respecto **“el hombre se ha caracterizado desde el principio de los tiempos como un ser transformador de sus habilidades tanto físicas como de pensamiento”** (P17).

De lo anterior se puede decir que surgió el reconocimiento del dinamismo evolutivo del ser humano, es decir que está en continuo cambio de sus dimensiones, pero no sólo en su parte física y de pensamiento, sino también en su parte afectiva, creativa y relacional; de éste modo lo que se percibió desde la vivencia de la clase, es que entró en la intimidad, en otras palabras se autoreconocieron otras facetas que en la vida nunca se habían explorado o imaginado.

Por ello, comentarios como **“la clase de hoy fue para mí una de las cosas de la vida que me permitió conocer otra faceta de mí que nunca me había imaginado”** (P17) nos permite precisar que, por medio de estos espacios, se favoreció el crecimiento de los sujetos, lo que permitió su autoreconocimiento y a la vez nutrir su ser corpóreo, como unidad, de infinidad de posibles y complejas manifestaciones humanas.

En éste sentido Freire (1997, p. 50) refiere que, **“en verdad, el inacabamiento del ser o su incoclusión es propio de la experiencia vital. Donde hay vida, hay inacabamiento”**

Lo planteado por Freire tiene relación con lo que se apreció desde lo experimentado en las vivencias de las clases, puesto que es desde allí y desde las experiencias donde se dio el reconocimiento de nuevas nociones de sí mismos, y en éste caso para el autor la incoclusión del ser humano se pone en situación desde su experiencia existencial.

Se puede indicar que surgió una toma de consciencia por parte del educando de su ser inacabado donde experimentó nuevas posibilidades de si mismo, favoreciendo su proceso formativo en aras de construirse como unidad corpórea; pero esta toma de consciencia está amarrado a la experiencia propia que experimenta el educando desde las clases donde juega relacionamente con los otros y con lo otro.

De esta manera una de estas nuevas facetas o manifestaciones humanas tiene que ver con la parte relacional de los educandos en el curso y esto es lo que apreció cuando se dijo que,

**Que antes del trabajo en grupo yo sólo pensaba en resolver los trabajos por mí mismo, ya que yo consideraba que las demás personas no eran de utilidad y nos dimos cuenta que en los trabajos en grupo las personas que uno creía que eran inútiles pues resultaron útiles y que igual ellas también se dieron cuenta que uno también es útil para resolver los problemas. (GF2, p31)**

Aquí, lo que se muestra es que cognitivamente se pasó de un reconocimiento como personas individuales en cuanto al flujo vivencial de actividades, al reconocimiento del otro como sujeto que recíprocamente está en la capacidad de trabajar colectivamente para darle soluciones a las dificultades de las

actividades de la clase, es decir surge un reconocimiento mutuo de la interdependencia entre los sujetos en la búsqueda de transformar situaciones de la vida.

Desde la visión de Hegel, citado por Marcondes (1996), al referir que la consciencia humana, se da como proceso y en interdependencia relacional con las otras consciencias y con el mundo; esto entra en similitud con lo que plantearon los relatos cuando se percibió al otro como ser semejante y con capacidad para coadyuvarse recíprocamente frente a situaciones que se presenten en la vida personal de cada sujeto de la experiencia.

Esto pone en vilo la consciencia del sujeto como un proceso de formación permanente en la relación yo-otro-mundo; en esta perspectiva se puede indicar que se tomó consciencia de la interdependencia con los otros, en situación de valor con el otro, posibilitando la capacidad reciproca para enfrentar fenómenos o situaciones problémicas del mundo; por ende por medio de las vivencias en el curso, se experimentaron nuevas caras de su ser mismo, que lo llevaron al autoreconocimiento de sus complejas manifestaciones corpóreas, que posibilitaron superar el ser individual y reconocer la íntersubjetividad como posibilidad para transformar situaciones de la vida, colectivamente.

Pero también esta interdependencia, con los otros, algunas veces se favoreció con el desarrollo de las actividades, formulando situaciones problémicas por medio de los ejercicios o técnicas del deporte, lo que hace indispensable los acercamientos orales y gestuales entre los participantes para encontrar respuestas a las situaciones planteadas que requieren solución.

En éste sentido se apreció que, **“la dinámica que surgió fue buscar una forma de defenderse cuando lo atacan con un puño, sin saber como es la**

**defensa que se debe hacer, pero logramos encontrar una posible forma de defensa”** (P14), lo que indica que por medio de la exploración de soluciones a problemas planteados, se hicieron búsquedas que permitieron dar con posibles soluciones, que en el caso que ilustramos fue, como defenderse de una técnica de ataque. La vivencia expresada en el relato muestra que en clase se facilitó la exploración como capacidad para dar otro tipo de soluciones a cualquier obstáculo.

Al parecer estas vivencias se constituyen en retos para los participantes, que se fundan desde lo personal; en esta perspectiva se indicó que,

**El intentar hacer cosas que creemos imposibles o muy difíciles, hace ver que no es así, que un poco de esfuerzo se puede superar las supuestas limitaciones o barreras que se interpongan en nuestro camino, nada es imposible de lograr en esta vida, sólo cuando llega la muerte. (P13)**

Se demuestra que se asumieron retos personales, que se puso todo el esfuerzo y el ser positivo para enfrentar y superar las dificultades que muchas veces creen como imposibles de vencer; se percibe entonces, que la experiencia de la clase permitió vivenciarse como personas transformadoras de las propias barreras.

Un ejemplo de lo anterior se expresa cuando se dijo que **“sentí una desesperación o especie de rabia en el momento de escribir con los pies, pues era mi cuerpo el que funcionaba en ese momento pero no podía coordinarlo para escribir”** (P10), demostrando que las barreras muchas veces están en sí mismos y ellas impiden que los sujetos afronten situaciones armónicas y apropiadas en nuestra vida cotidiana.

El asunto es que vivir dichas barreras es fundamental, pues ellas dieron pie a que los sujetos se indagasen, y hacen que sean la causa de nuevas búsquedas o nuevos descubrimientos corpóreos, por ende se puede señalar que, **“descubrí una forma fácil para dibujar con los pies y una forma fácil para coger el lapicero y poderlo apoyar sobre el papel de manera más cómoda”** (P10).

Estas posibilidades de autoexploración, de hallazgos corpóreos vivenciados en las sesiones, facilitaron que se asumieran nuevos retos personales, donde la capacidad de empoderamiento, es decir de apropiarse de las dificultades, inducieron a vivenciarse tal como son, sujetos de incertidumbres y de potencial humano inacabado; a esto hacen alusión experiencias como, **“escribir con los pies y en especial con el izquierdo, ya que es como un reto para mí”** (P9).

Los contenidos anteriores expresados, se correlacionan con lo expuesto por Hegel citado por Marcondes (1996), cuando éste expresa que la conciencia de sí mismo es en la medida de sus relaciones con el mundo; en éste sentido lo que muestra el relato es que se experimentaron nuevas sensaciones de sí mismos en la medida que se entró en relación con situaciones de aprendizaje del mundo cultural, que son puestas en contexto desde las clases.

Aquí, se denota un proceso de concienciación cuando se enfrentó situaciones que se dieron en las relaciones consigo mismo y lo otro (acciones culturales); en tal sentido desde los problemas y dinámicas facilitadas en las clases se exploran y buscan nuevas formas de vivenciar las actividades, propiciándose conciencia de la capacidad de participar activamente en las clases; también se puede decir que desde las clases se tomó conciencia de estar en el mundo como personas transformadoras de las propias barreras, esto asumido desde

los retos fundados personalmente desde las experiencias orientadas desde el curso.

Se puede decir que los retos asumidos llevaron a empoderamiento de sí mismos, de sus dificultades, como de vivenciarse armónicamente en las situaciones de la vida y también de sus posibles, como cuerpo existencial en el mundo, donde en la búsqueda constante exploran nuevas formas de vivenciar el cuerpo desde su ser corporal y de esta forma alimentando la subjetividad de su ser corpóreo.

Estas percepciones, alimentadas desde la subjetividad de los actores y dirigida por la intersubjetividad del grupo, dio paso a impresiones como, **“no se como podría utilizar lo visto, lo que podría utilizar seria la reflexión que se realizó el mirar que todos tienen una percepción distinta del mundo” (P9).**

Desde la interacción vivida, aquí se deja entrever el reconocimiento que se da al otro como sujeto singular, que piensa, siente, y expresa diferente a nosotros y nos pone en la situación de tener que acercárnosle, acordar, intercambiar y construir con él (ellos) para edificar nuestra visión del mundo.

En esta visión Schütz citado por Rizo (2005) manifiesta que,

**Al vivir en el mundo, vivimos con otros y para otros, y orientamos nuestras vidas hacia ellos. Al vivenciarlos como otros, como contemporáneos y congéneres, como predecesores y sucesores, al unirnos con ellos en la actividad y el trabajo común, influyendo sobre ellos y recibiendo a nuestra vez su influencia, al hacer todas estas cosas, comprendemos la conducta de los otros y suponemos que ellos comprenden la nuestra.**

Se puede decir que para Schütz, los seres humanos viven en continua interacción en el mundo y que a partir de allí se dan procesos de reconocimiento mutuo entre las personas, porque según él se vive con otros y



para otros, como sujetos interdependientes; entonces lo que aquí se ve, es esa relación de semejanza con el otro, que se reconoció como ser diferente al si mismo.

Se puede señalar que se comprendió al otro como un ser que se asemeja consigo mismo, pero que se puede decir que no sólo en la conducta como lo manifiesta Schütz, sino también como ser que piensa, siente, actúa, comunica distinto a los demás, dándose el reconocimiento a la diferencia, lo cual los pone en situación de construir mundo desde diversas miradas, propiciando acercamientos, diálogos, e intercambios de sentidos.

Esta mirada se refuerza cuando se expresó que, **“reconocí que cada uno es un mundo diferente, en pensar, en actuar, pero que pese a todo, todos vivimos en el mismo mundo, de ahí que haya que esforzarnos por ser más comprensivos con los demás y uno mismo” (GF5, p37).**

En éste sentido como ya se mencionó, se adquirió un reconocimiento por los otros, como sujetos diversos, en sus formas de pensamiento y de acción, pero que están inmersos en el mismo mundo y situaciones y por lo tanto surja la necesidad de buscar lazos fraternales de amistad consigo mismo y con los demás.

En tal perspectiva la visión que plantea Hegel citado por Marcondes (1996), se relaciona mucho por lo expresado cuando se relaciona la consciencia de si mismo, la de sus semejantes y el entorno dado por lo cultural y ecológico, por medio de procesos interactivos que se tornan en construcciones humanas significativas que permitieron generar ambientes de convivencia.

Aquí, se denota todo un proceso de sensibilización en torno a la interacción con el otro y con el medio ecocultural; las actividades vivenciadas en las clases influyeron para que desde los procesos de acercamiento, dialogo, amistad, compañerismo, desde posibilidades, dificultades personales y de grupo, se indujese a los actores de la experiencia para que se relacionasen recíprocamente y, por ende, las construcciones que se experimentaron giraban en torno a situaciones de equipo, provocando, esta manera, el surgimiento de la consciencia colectiva, desde el yo, el otro y lo otro.

Aquí, la autoconsciencia se centró, en primera instancia, en reconocerse como personas humanas transformadoras por su complejidad ecocultural; partiendo de ello, se exploró su ser, sus posibilidades y dificultades, lo cual se da una toma de consciencia de la falta de armonía del ser cuerpo, en relación con el pensamiento, la creatividad, y la capacidad de relación con otros y el mundo; pero todas estas apreciaciones se constituyen en retos a superar, por lo que a partir de allí hubo esfuerzos para saltar estos obstáculos y explorar nuevas formas de transformar las situaciones de clase, lo que permitió percibirse así mismos, al otro y lo otro como actores interdependientes en la construcción mutua de sus proyectos formativos.

Así, se reconoce que todos somos humanos pero que cada uno es un mundo diferente, que dentro de su complejidad, piensa, actúa, expresa, y siente distinto a sus semejantes y que también ese ser distinto es fundamental para que los procesos relacionales se den de manera dinámica, permite que aceptemos que nos movemos en enfoques y perspectivas a veces cercanas y otras distantes, que muchas veces nos conducen a discusiones, pero que nos posibilitan tomar posición y a la vez respetar las de los otros y que de éste proceso aparentemente disímil, surgen constructos sociales humanizantes en pro de un colectivo.

También se puede decir que se tomó conciencia del papel fundamental que juega la interacción en la experiencia relacional vivida en clase, pues por medio de ella los actores involucrados establecen relaciones holistas y equilibradas.

Es más y como ya se manifestó, se percibieron cambios personales, que son fruto de la interacción que se da en las actividades de los cursos; esto permitió cambios en la transformación de los sujetos, y se evidencia cuando se expresó que, **“la interacción con otras personas dentro de una misma actividad, facilita el vencer el miedo al explorarse y a generar ambientes de amistad”** (P9).

En tal sentido, el flujo de relaciones vividas, que retroalimentaron permanentemente la experiencia de los actores, deja entrever que es importante la diversidad de saberes, miradas, sentidos que se mezclan en el encuentro colectivo en beneficio del crecimiento personal; pero aquí cabe señalar que cada sujeto desde sus características personales y situaciones contextuales decide y se integra a esa complejidad.

Entonces lo personal y colectivo, se puede decir que se configuran desde procesos que se dan dentro de relaciones recíprocas, de simpatía y de encuentros y desencuentros con el otro y sus semejantes, con lo que concurrieron diversos sentidos de vida humana.

Sin embargo es a partir de allí, de ese conglomerado de distintas y múltiples miradas, desde donde también se provocaron las crisis paradigmáticas personales, pues de éste modo se enfrentaron y vencieron obstáculos, en la exploración y experimentación, enmarcados en las posibilidades y límites del ser mismo. Se percibe que éste proceso de retroalimentación permanente,

permitió la transformación de los actores de la experiencia, en beneficio de su potencial humano personal y que de igual forma se nutrió con la sabiduría los diversos espacios socioculturales.

Pero ¿qué causó dicha interacción entre los actores de la experiencia?; bueno, sin lugar a duda la fuente de esa interacción humana viene del emprendedor viaje que tanto los estudiantes como del orientador han construido en torno a las vivencias de los cursos, utilizando toda una variedad de dinámicas y actividades que además de ser relevantes para los estudiantes son forjadoras de relaciones; a esto se apunta cuando se indicó que **“las dinámicas me parecen geniales porque generan más interrelación e integración entre los compañeros” (P7).**

Esto indica, el gran impacto que causaron las dinámicas que se vivenciaron en el curso de taekwondo, puesto que según lo manifestado se propiciaron mas acercamientos de negociación e intercambio con los compañeros, lo cual produjo que se compartiera más en equipo.

Desde el planteamiento de Schütz citado por Rizo (2005) se manifiesta que los sujetos viven en el mundo con otros y para otros y que, al unirse mutuamente en las acciones y trabajos, se influencia la comprensión del uno y del otro. En relación con lo señalado en los relatos encontramos que al compartir las actividades de las clases se generaron más acercamientos con los otros.

Se muestra que estas experiencias interactivas originaron la reciprocidad del si mismo con el otro, es decir como personas iguales en la vivencia con el mundo; lo que se denota desde las apreciaciones es que la clase facilitó que los flujos interactivos se reforzaran, puesto que los espacios de retroalimentación que se efectuaron consolidaban el crecimiento personal y viceversa, superando el

miedo de encontrarse a si mismo, y de igual forma desde la dinámicas vivenciadas mutuamente se propició confianza, amistad, acercamientos y negociaciones con los otros.

Al parecer, los medios para el aprendizaje se constituyeron en una herramienta fundamental que crea y facilitaba las condiciones optimas y adecuadas para posibilitar las experiencias de aprendizaje; en éste sentido fue fácil escuchar que **“lo que más me llamó la atención fue la combinación de dinámicas con el trabajo de patadas y la utilización de los implementos para dar las patadas” (P9).**

Aquí los medios utilizados se tornaron fundamentales para el desarrollo del curso, ya que predisponen a los actores para la experiencia, los cuales involucraron ejercitación, ludismo, juego, creatividad, el uso de implementos didácticos, cautivando el interés de los estudiantes.

En éste camino el uso de elementos u objetos didácticos tiene un espacio importante a la hora de las actividades, a esto se puede decir que algo más que llamó la atención fueron, **“las actividades que se hicieron con elementos renovables y reciclables cómo lo son el maíz, vasos, objetos que nunca se utilizan en una clase de educación física y se nos dio bastante creatividad y perseverancia para realizar las cosas” (p14).**

Se encuentra que la parte creativa del ser, asociada a medios no habituales y no usuales en la disciplina, que se usaron para la experimentación, como materiales simples, de desecho; incitó y motivó constantemente a nuevas búsquedas; por lo cual se manifestó que, **“la variedad estuvo en la utilización de diferentes materiales didácticos para la clase y su forma de uso” (GF5, p4).** Lo que generó la exploración personal, alimentó el ingenio, la persistencia,

la motivación, la cooperación y convivencia colectiva, lo cual hizo que los actores realizaran las diferentes acciones de una manera más comprometida, desde su participación activa, y los estimuló a realizar una reflexión constante sobre sus capacidades humanas.

De esta manera se vivencia un constructo de procesos relacionales personales, que parten de sí mismo, pero en los que media el otro y lo otro como fundamento de la confrontación y la reflexión, y en los que la ejercitación, el juego, lo lúdico, lo creativo, sólo son el camino para despertar lo cognitivo, lo físico, lo emocional, lo relacional de cada ser humano.

En éste sentido se descubrió,

**Cómo en un deporte que es rudo, también nos ayuda a mejorar nuestra imaginación y la forma de ver las cosas que nos rodean y nos pueden ser útiles, como un palo de escoba nos sirve para defendernos y trabajar ejercicios con él. (P5),**

Lo que permite decir que el Taekwondo, como deporte tradicionalmente exigente y competitivo, pudo tomar otro rumbo dentro de la práctica pedagógica, y favoreció más armónicamente la formación del sujeto-educando.

Aquí, se percibe que se experimentaron nuevas sensaciones de sí mismos; que la vivencia de éste deporte, que en su práctica tradicional es rígido por decirlo así, también conllevó a cualificar el pensamiento y a expandirlo hacia su entorno, permitiéndole al practicante tomar otra visión de las cosas o fenómenos vivenciados, que le facilita reflexionarlos y asociarlos para su beneficio cotidiano, en éste caso darse cuenta de, cómo objetos cotidianos, como los bastones, les pueden ayudar para su ejercitación o para su protección.

Esta situación muestra que no es sólo el uso de estas herramientas, sino su combinación y diversificación, las que se constituyeron en garantías para

acaparar la atención y orientar el interés que ellos sienten hacia los temas de clase.

En éste proceso de motivación medió el gusto y el agrado que él experimentó hacia las actividades; parece ser que esta es la antesala del aprendizaje, pues sin esta condición de satisfacción es difícil captar su atención y desarrollar procesos adecuados de formación.

En éste sentido Cano citado por Duarte (2000) expresa que, “el entorno escolar ha de facilitar a todos y a todas el contacto con materiales y actividades diversas que permitan abarcar un amplio abanico de aprendizajes cognitivos, afectivos y sociales”

Lo expresado por Cano se refleja con lo mencionado en los relatos sobre la complementariedad de materiales o implementos para las vivencias de las actividades técnicas en el curso de Taekwondo re-Creativo, que no se limitó por los ejercicios técnicos y repetitivos del deporte, sino que dio apertura a la exploración de los sujetos con otros materiales y propiciar de sí mismos nuevas sensaciones.

Se puede indicar que se aprecia lo relevante de la utilización de implementos para experimentar diversas actividades en las clases, puesto que así permitió explorar mejor los ejercicios, acciones, que se relacionaron con la parte técnica del deporte, como otras dinámicas de complemento; se puede decir que dichos materiales en la clase predisponen de forma positiva a los estudiantes en las clases, constituyéndose de esta manera como herramientas que influyen en la atracción de atención, el interés y el agrado de los educandos sobre los temas abordados en las clases y de esta forma incidiendo en su creatividad y perseverancia del grupo. También hizo ver que un deporte rudo como lo es el

taekwondo es significativo en la medida que permitió la reflexión y la trascendencia desde dichos flujos interactivos con los objetos- mundo.

Pero también se puede decir que la combinación y diversificación de las actividades, dejó explorar o experimentar otras dimensiones del ser-cuerpo, y no tan sólo se vivenció su parte física en la clase; es a lo que se refiere cuando se dijo, **“que se puede realizar ejercicio con una intensidad un poco elevada, pero a la vez pensar y divertirse” (P9).**

Esto reafirma lo importante que fueron las diversas actividades en la clase, pues ellas posibilitaron que los estudiantes se movieran entre diversos estímulos, además de lograr su ejercitación; entre ellas tenemos la expresión artística, el juego, las lecturas, que en la experiencia vivida, propiciaron ambientes exploratorios de lo multidimensional del ser humano.

De éste modo lo que se percibe es que emergieron diferentes posibilidades, desde los medios utilizados, para orientar las experiencias en la actividad física y el deporte, que no sólo están limitadas a la parte técnica de los fundamentos o a incidir en el rendimiento técnico de las personas, si no también que dejan entrever lo importante que es para las personas él poder explorar todo su ser multidimensional, en éste caso además de fortalecer su parte fisiológica, también su pensamiento, sus estados de animo, su acción relacional, como procesos que se complementan y que al parecer se tornan con más sentido e interés para los actores.

Se puede decir que aquí, causa curiosidad o impacto el hecho de vivenciar ejercicios con materiales alternos, pues ellos facilitaron que personalmente se explorara el ser cuerpo al servir como puente para que se entablaran acciones relacionales reciprocas, que dieron pie a edificar y transformar situaciones, ya



sea en las vivencias de la clase o en las manifestaciones de la vida diaria. Esto al parecer se tornó interesante, por ello se manifestó que **“me llamó la atención el ejercicio con los bastones porque me permitió interactuar con los compañeros”**. (P5)

En éste sentido todo el flujo de actividades desde la diversidad de medios, nutrió los procesos interactivos que sé vivenciaron en las clases, originando aproximaciones que van en beneficio de las relaciones humanas, provocando conexiones verbales y no verbales entre los actores y que finalmente origina un flujo o intercambio de pensamientos, sentimientos y expresiones, que ponen de manifiesto al ser personal y social en aras de su proceso formativo más consciente.

Se puede señalar que dichos medios, además de propiciar un espacio de diversión, ejercitación y de reflexión, son generadores de autoconfianza y de confianza con los otros, permitiendo acercamientos entre los participantes, para de esta manera servir como puente en el proceso de socialización, también decir lo importante de utilizar elementos de apoyo, y en éste caso algo tan simple como lo es un bastón, pues hace de vehículo exploratorio en la ejercitación personal y para el acercamiento con los otros.

También agregar que se favorecieron los acercamientos entre la consciencia de sí mismo y la consciencia del otro y que dichas interacciones íntersubjetivas que propiciaron el diálogo, la discusión, el trabajo mutuo, posibilitó el intercambio de las ideas e incidió en la armonía de las relaciones, incidiendo de igual modo a reflexionar y tomar consciencia del entorno natural o de mundo, en donde se desenvuelven los actores de la experiencia.

Se puede indicar, que se experimentaron diversos ambientes de aprendizaje, en los cuales la interacción es el medio que armonizó las relaciones que los actores entablaron, dentro de la relación, yo, otro, medio; se mostró que los espacios de la clase no eran impuestos por profesor, sino que se permitió que la participación activa, lo cual posibilitó que los ambientes de clase no fuesen tan lineales encerrados en la disciplina y su parte técnica.-física, sino que se generaban el compartir experiencias personales, académicas, y del mundo; lo cual nutrió la subjetividad y causó impacto en el sentido de vida.

### **APRENDERSE HUMANO ENTRE LA DIFICULTAD Y LA POSIBILIDAD**

En éste proceso fue relevante el posicionamiento del educando para su aprendizaje, que en palabras de Freire se encaminó por el diálogo y en la asunción de sujeto crítico ya que en la medida que el educando participaba activamente en el desarrollo de las experiencias del curso le facilitaba tomar consciencia de sus fenómenos humanos dados en sus limitaciones y sus posibilidades; por eso el educando crece en su autorreflexión, crece en comunicación con el otro, en el respeto a sus diferencias, en poder utilizar su palabra y también su escucha con los otros. Y por ende esta experiencia se encuentra arraigada a lo que Morin (2000) expresa del sentido de la educación como medio que debe posibilitar a las personas el aprenderse humano en interdependencia con el otro.

Así, desde la vivenciación del curso por parte de lo actores se visibilizó la transformación de algunas nociones de sujeto,

**Pues la vivencia que más marco fue el trabajo en grupo, ya que podemos ver en los programas de pregrado lo que le enseñan a uno es a competir y siempre se está subestimando a los otros, decir sus argumentos no valen o los míos son mejores, pues esto me enseñó lo que era el respeto por los demás y también respetar lo argumentos de los otros". (GF4, p1)**

Se puede decir que el trabajo en equipo fue relevante para los educandos puesto que según ellos la educación que reciben desde sus carreras, se encuentra bajo unos lineamientos individualistas, que homogenizan y donde no hay respeto a la diversidad como sujetos y sólo se fomenta la competitividad entre los mismos; de tal modo no hay un reconocimiento del educando como un ser con potencialidades, pero en el curso dicen, que se vivencio lo contrario donde el respeto y el trabajo construido colectivamente da otra mirada de persona y de mundo.

Lo anterior concuerda con lo mencionado por Freire sobre la capacidad de diálogo verdadero fundado en el respeto a la diferencia de los sujetos; por lo que los educandos perciben que se experimentó esa relación desde las vivencias de clase, ya que se originó un dialogo horizontal profesor-educandos, educandos-educandos, donde medió el respeto a la diferencia y se aprecia las posiciones de los otros para relacionarse colectivamente.

Se puede decir que las vivencias del curso, puso en situación a los educandos de ser conscientes de sí mismos, de los otros y los otro, de conocerse, reflexionarse, valorarse y permitiendo avanzar en toda una búsqueda de esa grandeza que encierra su corporeidad; esto se expresó, **“fue buena la actividad del día ya que aprendí cosas que no había hecho nunca, aprendí a darme cuenta de las cosas” (P20).**

Aquí se denotan procesos de consciencia en los participantes, que les confronta su realidad, la cual les mostró opción de encontrar sentido en sí mismos y en sus vidas. En éste sentido se dieron cuenta de su identidad, como sujetos transformadores de sus vivencias con el mundo, donde se parte del si mismo, de otro y de lo otro, para su humanización.

En palabras de Freire el sujeto por medio del proceso dialógico se asume inacabado en concordancia con lo que plantean los educandos donde por medio del proceso explorativo en curso y dado con la interacción, toman consciencia de su grandeza, de su inconclusión como sujetos frente a su existir en el mundo y para el mundo; encontrando sentido a sus acciones que les posibilitaron transformar su identidad corporal.

En éste sentido **“se da uno cuenta que uno no está rechazado y que pertenece a una sociedad y de eso fue lo que me di cuenta”** (GF2, p58). Se exploraron,

**Yo pienso que aspectos muy interesantes de mi vida como integrarme con las demás personas y conocer sus puntos de vista para poder socializar, es algo muy importante que se tiene, ya sea como miro yo el deporte, el taekwondo para mi vida, entonces esa integración, esa socialización, y ese fruto que cada persona tiene dentro de su cuerpo, dentro de su cabeza es muy importante para darlo ante los demás y eso es muy importante porque permite descubrir que todas las personas somos diferentes y que como tal diferencia tenemos también puntos de vista los cuales son importantes, hemm, protegerlos, tenerlos en cuenta. (GF3, p20)**

Es decir se generó una consciencia de los sujetos en el sentido de que se asumen y reconocen como parte del mundo, del colectivo de personas y que esto se hizo posible gracias a la interrelación de pensamientos, actuaciones, sentimientos y comunicaciones, que provocan negociar, compartir, transformar puntos de vista, pero también significa preservarlos, valorarlos desde su forma singular y colectiva.

También de forma personal se manifestó que,

**Aprendí a dar más de mí, a no sentirme limitada por el cansancio por las condiciones externas como el madrugar, a ser social y aprendí que la vida es muy linda si sabemos como y con quien compartirla, sin sentirnos diferentes, y que no hay limitaciones cuando quiero aprender algo. (GF5, p18)**

Es decir se percibió el sentido de la perseverancia de los estudiantes frente a situaciones de la clase y de la vida diaria, donde también tomó valor la vida misma en relación con las personas con las cuales se quiere llevarla recíprocamente.

Del mismo modo,

**Más que todo aprendimos a mirar el deporte con sentido humano, que es lo mas importante, teniendo en cuenta la trascendencia y la reflexión hacia un mirar ecológico, el sentido del deporte nos puede llevar a transformar tanto ética, moral, política, económica y socialmente a nuestra sociedad, entonces nos damos cuenta de eso, de que estamos aprendiendo miradas ecológicas y de mirar mas allá de venir y morir, sino cambiar nuestro mundo. (GF4, p22)**

Esto nos indica que los estudiantes percibieron la vivencia del curso con una visión humanística, que se tornó relevante para ellos, puesto que era acompañado por la meditación, la intencionalidad y la trascendencia, buscando encaminarse hacia la esencia del cuerpo-sujeto, como ser multidimensional en su continua interacción con los otros y el entorno en pro de sus transformaciones más humanas.

En esta visión Morin (2000, p. 83) dice al respecto: **“la educación debe contribuir a la autorreflexión de la persona (aprender y asumir la condición humana, aprender a vivir) y aprender a convertirse en un ciudadano”**.

Por lo que se puede indicar que lo mencionado por Morin está estrechamente relacionado con lo aportado desde el ser educando, ya que percibieron que la vivencia de esta nueva forma de deporte, les permitió ir más allá de lo instrumental o mecánico, como el acostumbrado, lo cual les permitió asumirse desde su esencia compleja como seres humanos corporeizados.

Por ende lo que indican los educandos es que esta nueva cara del deporte tuvo una esencia más formativa, tocando la visión ecológica del ser humano, es decir, su esencia como sujeto complejo que es unidad entre lo biológico y lo cultural; aquí se experimentó un deporte con sentido, reflexión y trascendencia que desde la percepción de los estudiantes, les permitió crecer en su pensamiento, sus actuaciones, emociones, consolidando sus posiciones éticas, y políticas, para la transformación de su sociedad como ciudadanos arraigados en su identidad corpórea.

En esta perspectiva siempre se está reflexionando sobre las experiencias vivenciadas en las clases por los actores, se puede decir que es por medio de la reflexión constante con la cual se le buscó dar sentido a las vivencias, por ende se refirió que, **“me pareció muy interesante la reflexión en la clase acerca de la lectura. Esto hace ver el Taekwondo como algo integro de la mente y cuerpo como algo a quien tienes que reflexionar continuamente” (P20).**

Esto nos demuestra lo significativo de las actividades, más aun cuando se hacen en relación al arte marcial y al sujeto, puesto que les permitió vivenciarse y tener una mirada del Taekwondo, como la reciprocidad cognitiva y física, y de hecho como medio de permanente meditación y exploración para la vida.

De esta forma se mencionó que,

**El taekwondo es un deporte muy exigente, es un deporte supremamente dinámico, es un deporte explorativo, por tal razón permitió explorar muchos aspectos en mi vida, que no había tenido en cuenta, que es por decir la disciplina, el autocontrol, la misma perseverancia, el amor por las artes marciales. (GF3, p5)**

Por lo que se puede señalar que el taekwondo no perdió su visión de técnica y repetitiva, pero que a la vez cambia constantemente, es decir permitió la búsqueda del ser mismo no sólo en lo físico sino que de él se trasciende también en la buena conducta, autorregulación, la persistencia y el afecto hacia la defensa personal.

De igual modo señalaron que, **“la importancia del control de los movimientos de nuestro cuerpo hace parte de la reflexión de hoy, como el desarrollo de ese potencial nos permite mejorar interior y exteriormente” (P11)**, en tal sentido se puede decir que la introspección de los educandos tomó valor, en la armonía de los movimientos de su cuerpo, pues ellos, tomaron consciencia de la capacidad de acción y como proceso, puesto que les facilitó optimizar su ser sí mismo en su crecimiento con el mundo.

En esta medida la capacidad reflexiva se originó gracias al movimiento de la clase y de éste modo se trascendía y se le buscaba el sentido a lo que se vivenciaba, por eso se expresó,

**Pues capacidades y posturas humanas pues yo creo que, como las reflexiones, siempre que terminábamos una clase, siempre como que íbamos a la parte de las reflexiones y todos dábamos nuestras ideas como nuestros puntos de vista, nuestros aportes y pues al final de la clase sé hacia la reflexión general de la lectura que se leía, eso es como una de las capacidades, otra capacidad es como escuchar no, valorar a la gente, ósea, lo que la gente dice, así sean bobadas pero lo que la gente diga, es igualmente, tiene como su lado bueno, hemm, su lado positivo y se puede traer información algo como que sirve, o es benéfico para el desarrollo pues de la comunidad, del mismo grupo. (GF3, p48)**

Es decir las capacidades que se aprecian aquí relevantes por los educandos, es la capacidad de escucha, y de reflexión, pues mediante estas se hizo posible la comunicación, el reconocimiento y la negociación en las clases para el crecimiento personal y colectivo de los actores.

Por lo que refiere Freire (1997, p. 115) “escuchar significa disponibilidad permanente por parte del sujeto que escucha para la apertura al habla del otro, al gesto del otro, a las diferencias del otro”.

Lo cual entra en relación cuando los educandos percibieron que los espacios interactivos facilitados en las clases propiciaron la capacidad de escucha consigo mismos en reciprocidad con sus semejantes.

En éste sentido los educandos percibieron que su capacidad de escucha se fomentó desde los espacios posibilitados para la interacción de las diversas experiencias de los estudiantes, donde no sólo fue posible la capacidad de escucha sino también la reflexión como procesos que facilitaron el intercambio íntersubjetivo que fomentaron los valores, el reconocimiento del los otros en beneficio del colectivo y para el contexto social.

En igual proyección,

**Yo pienso cuando pregunta que si se ha permitido mejorar con respecto a las capacidades del ser humano, esto es muy significativo, entonces pienso que son muchas, una de estas es la capacidad de reflexionar, la capacidad de pensar mas allá de lo común, la capacidad de crear, la capacidad de despertar muchas dimensiones, como por decir la dimensión creativa, la dimensión lúdica, el compañerismo, todo ese poco de dimensiones que todavía están dormidas en el hombre, hemm, es importante pues eso es lo que permite al hombre reflexionar y eso es lo estamos haciendo ahora con esto creo que experimento que puede estar haciendo el Taekwondo con la cultura y con la gente, mirar otro tipo de aspectos que rellenan mucho la vida en el hombre. (GF3, p47)**

Aquí, podemos indicar que los educandos sintieron un crecimiento en sus capacidades, para ellos, encontraron relevante la capacidad reflexiva, de trascendencia, la capacidad de posibilidades de sus seres multifacéticos, al provocar su creatividad, el gozo, la critica, su ser relacional y les llamó la atención esta nueva vivencia de deporte puesto que les dio más sentido para acrecentar sus vidas.



Al respecto Freire (1997, p. 114) refiere que,

**Enseñar y aprender tienen que ver con el esfuerzo metódicamente crítico del profesor por desvelar la comprensión de algo y con el empeño igualmente crítico del alumno de ir entrando como sujeto en aprendizaje, en el proceso de desvelamiento que el profesor debe desatar.**

Esto se relaciona con lo expresado por los educandos ya que es desde la intención del profesor se trona en un proceso transformador para con el proceso formativo de los educandos y que ellos con su empeño crítico contribuyeron de manera positiva en la consciencia de sí mismos en relación con los otros y su entorno vivencial.

Lo que se aprecia es que la intención del profesor con respecto al desarrollo del curso giró en torno a los fenómenos de la consciencia corpórea, y es relevante que el educando tomara una posición activa y crítica dentro del proceso formativo, lo cual le permitió explorar y mejorar en sus capacidades como ser humano multidimensional, en tal sentido se percibió mejora de las capacidades de pensamiento, emocionales, de aptitudes, de actitudes, también relacionales y de naturaleza lúdica, que de esta forma nutren al ser humano y que lo visionan como corporeidad.

Por lo que se mencionó que,

**Yo creo que éste espacio, la temática, la pedagogía, que se manejó en el espacio de Taekwondo, nos da muchas bases esperanzadoras para decir que si se pueden cambiar la educación en Colombia, pues el contexto de educación actual es mecanizado, robotizado no deja nada, pues no se preocupa por la creatividad, por la reflexión, la crítica y en éste espacio si trato de promocionarlo y creo que es una gran conclusión a que llego. (GF3, p50)**

Por ende se puede decir que la capacidad de movimiento tomó cierto sentido intencional para los educandos, puesto que es de allí donde se nutrió al sujeto en sus diversas dimensiones, como su pensar, actuar, sentir, comunicar, el

relacionarse en el proceso pedagógico, lo que les permitió ponerse en situación y así comprender sus vivencias, para nutrir y transformar su existencia en el mundo.

De esta manera las relaciones de enseñanza-aprendizaje que vivenciaron los educandos se relacionan con los planteamientos de Freire, al referir el esfuerzo crítico del profesor por permitir el empeño crítico de los alumnos para su intervención activa en las clases.

De éste modo los educandos percibieron que las experimentaciones del curso y bajo la orientación horizontal del profesor, permitió que ellos se asumieran como sujetos activos, es decir como personas con ideas diversas y con posibilidades humanas que los posicionan como sujetos transformadores y que no fueron receptores o instrumentos sino alimentadores del proceso formativo, dadas sus capacidades creativas, reflexivas y su participación crítica de su ser complejo ante la vivencia de los fenómenos del mundo.

### **8.3. AMBIENTES TRANSFORMADORES**

#### **AMBIENTES EDUCATIVOS SEDUCTORES A UN CUERPO QUE EXPRESA.**

Estos ambientes de aprendizaje o educativos que experimentaron los actores, muestran un sinnúmero de características que fueron de importancia en el proceso del curso para los participantes; de tal modo se ve que no sólo se canalizaron los aspectos de la disciplina, sino que ellos fueron el camino para los acercamientos entre las personas y el medio ecocultural; de éste modo las diversas interacciones, fluyeron gracias al aprovechamiento de espacios naturales, estructurales, actividades de ejercitación, meditación, y lo mas importante contar con la diversidad de personas en el curso, lo cual se denota

que se pudo canalizar positivamente para el bienestar de las experiencias relacionales.

En este sentido desde estos ambientes se produce una oleada de relaciones intersubjetivas en las clases con las cuales se puede decir que, **“se generó un flujo de comunicaciones entre los educandos, tales como lenguajes verbales y no verbales, emociones, intercambios de subjetividades los cuales ponen en retroalimentación a los educandos con su medio de interacción” (P6)**, lo que nos indica, que se propiciaron aproximaciones de interacción entre los sujetos, que dieron paso a la comunicación, como fenómeno que hizo posible la reciprocidad de sentimientos, mímicas, relaciones y pensamientos al interior del curso, gracias a las situaciones y al encuentro de intereses y necesidades personales que acontecieron en ellas.

En esta visión Xirau citado por Rizo (2005) afirma que “el mundo de los hombres está así hecho de seres en comunicación que se perciben unos a otros como semejantes porque comparan al otro con ellos mismos”.

En tal sentido la visión de Xirau se reafirma cuando los actores de la experiencia mencionaron que el espacio de la clase se consolidaba por medio de la comunicación que se vivenció por medio del lenguaje verbal y no verbal que se facilitaba desde las experimentaciones de clase.

Por ende desde la experiencia del curso se puede mencionar que el mundo está hecho de seres en comunicación como lo dice Xirau; pues se puede indicar que debido a éste proceso de comunicación los participantes se percibieron como sujetos complejos, como seres con nuevas posibilidades, con dificultades, con características particulares, como seres relacionales y donde esos

acercamientos son de forma recíprocos y que alimentó el crecimiento personal y colectivo de los actores pedagógicos.

El señalar que,

**Obviamente si hubo ese espacio de comunicación en cuanto al cuerpo y si hablamos de comunicación pues son diversos tipos de comunicación, tenemos la verbal, la escrita, la mímica, la facial, entonces ese tipo de comunicación se miró entre el curso, cuando nos hacían escribir con el pie izquierdo, cuando nunca en nuestra vida lo habíamos intentado, muchas personas no habían logrado esto y pues la comunicación también permite la expresión, o sea mirábamos dentro del curso podíamos descubrir muchas facetas de artista, por decir artista, hemm, pues decir no con mucha creatividad, pero si lo logramos. (GF3, p42)**

Nos indica que el educando fue consciente del continuo flujo comunicativo en relación con su cuerpo holístico, explorando y descubriendo nuevas nociones desde lo corporal, lo expresivo, lo creativo y artístico, pero respetando la naturalidad del ser sí mismo con sus posibles y dificultades.

Con relación a esto,

**También logramos ver el teatro de vivencia, no solamente ver el Taekwondo repetitivo sino lograr otros aspectos de nuestra vida y como yo podía hacer un dibujo relacionado con un karateca con el pie izquierdo y entonces esa comunicación no solamente verbal y escrita, sino a través con otros tipos de facetas que tiene el hombre, pues permite conocerme mas, entonces me pareció muy importante eso... y dejar atrás la monotonía y explorar otros aspectos y me pareció supremamente interesante la clase de Taekwondo desde el punto de vista que lo tomo el profe. (GF3, p43).**

Se puede decir que por medio de las actividades de la clase los educandos exploraron una diversidad de facetas de su ser unidad, a parte de las vivencias técnicas del deporte, lo que permitió auto reconocimientos de las diversas formas de manifestarse frente al mundo y en éste sentido la clase toma significado para lo estudiantes, desde la forma de orientación que el profesor tiene para con los cursos.

En esta perspectiva se manifestó que,

**Hubo una buena comunicación cada cual fue desde su persona, ya que las actividades hacían mucho énfasis en trabajar en grupo, en que hubiera compañerismo, esto nos permitía que nosotros pudiéramos integrarnos con todo el grupo, a pesar de que habían roscas, combos formados, yo creo que nadie era apático con otra persona, sino que podían comunicarse y expresarse sin esperar una burla o algo así, también esta incluía la relación que se tenía entre el maestro y los alumnos, no solamente era una persona que dictaba la clase y esperaba, sino que interactuaba y esto ayudaba y si, no solamente trataba el Taekwondo en si, sino que trataba aspectos que nos incluye como personas y nos da como una instrucción a lo que está pasando en el país, nuestra vida. (GF1, p 4)**

Con lo que se puede indicar que desde la mirada de los educandos se permitieron y se generaron espacios para la comunicación, de lo cual se puede decir que parte desde la naturalidad y espontaneidad de la personas y también debido a que las diversas vivencias se proyectaban en ese sentido, y esto da como resultado que los lazos relacionales se fortalecieran, fluyendo la amistad, la reciprocidad, el reconocimiento y el respeto a la diferencia, aquí también se incluye la relación educando-educador, donde no era quien imponía las clases y ya, sino que se mostraba flexible a las actividades, a las personas, y frente a la relación de las personas con el mundo.

En tal sentido según Galindo citado por Rizo (2005), refiere que,

**La comunicación no sólo es una necesidad emergente, sino un estilo de vida, una cosmovisión, el corazón de la sociabilidad (...) La comunicación es efecto de un contexto ecológico de posibilidad, donde las diferencias se encuentran, pueden ponerse en contacto y establecer una estrategia para vincularse cooperando, coordinando, corepresentando.**

Con lo señalado por Galindo se enmarca con lo que los educandos enuncian sobre aquellos procesos comunicativos que se vivenciaron en el curso que estuvieron mediados por la interacción; en éste sentido la comunicación horizontal para los educandos fue esencial puesto que permitió explorarse

desde todos sus posibles y dificultades de su ser holístico, en reciprocidad con los otros y sus medio.

De éste modo la comunicación horizontal deja explorar en los educandos sus manifestaciones verbales y no verbales, que son relevantes para la vivencia de sus encuentros corpóreos; por ende ellos afirman que se generaron procesos comunicativos que, partiendo de la naturalidad y confianza de cada ser, es decir respetando su libertad de ser único y complejo, facilitaban que desde su ser distinto y diferente se asumieran intercambios con sus semejantes. Esta comunicación permitió explorar en los educandos nuevas facetas, de tipo artísticas, expresivas, desde relacionales horizontales entre los actores; en otras palabras, como personas iguales, pero a la vez, diversos y con infinidad de posibles con las cuales le aportaban al colectivo.

Así, éste proceso de comunicación que permanentemente se vivenció en el curso, contribuyó en la socialización de los actores participes del desarrollo pedagógico, con lo cual se dió un reconocimiento al otro como sujeto-cuerpo, como ser que piensa, actúa, siente, comunica, crea y lo hace desde la diferencia, donde se relaciona, construyendo dialogo, amistad, explorando nuevas facetas, y de esta forma tomó consciencia de si mismo, del otro y de lo otro, mediante el fomento del trabajo cooperativo y solidario en pro de sus relaciones humanas.

Por ejemplo el indicar que **“por lo menos supe que hay alguien o varios que piensan como yo” (P20)**, nos señala que se percibió una concordancia en cuanto a intereses o formas de pensamiento por parte de los educandos; que la comunicación que se produjo permitió descubrir que visiones del mundo y la vida se comparten y de que manera se comparten estas visiones.

Que el descubrir que se comparten estas visiones se tornaron en lazos importantes que hicieron posible o se convirtieron en pretextos para entablar y favorecer las relaciones humanas en el proceso pedagógico, y de éste modo provocar proximidades personales con los otros, como por ejemplo, **“conocer más sobre la aptitud en el arte cómico de mis compañeros” (P13)**, es decir ayudar a que el otro se ponga al descubierto frente al sí mismo, implicando abrirse al mundo para el reconocimiento de sus capacidades.

Lo señalado anteriormente se relaciona con lo expresado por Galindo, cuando nos dice que la comunicación permite el encuentro de intereses, pero aquí también se muestra que es un encuentro de similitudes entre los educandos, puesto que ellos percibieron que se comparten y se reconocen capacidades de ser consigo mismo, ser con el otro y ser con el mundo, es decir formas de pensarlo, sentirlo, actuarlo, expresarlo, igual o diferente, lo cual los acerca más en sus vínculos como humanos.

Por ello se señaló que,

**Es muy satisfactorio trabajar con un grupo donde uno se pueda ver igual al otro y nadie se vea superior a otro, sino que somos personas iguales para aprender; inclusive, incluyendo también al docente, porque se ve así, personas y cuerpos. (GF1, p5)**

De esta manera, se observó que es agradable para los educandos el poder convivir con un grupo donde las relaciones fluctúan horizontalmente, es decir ante todo como seres humanos en iguales condiciones para formarse, así educandos-educador, como sujetos-cuerpos.

Esto concuerda con lo explicitado por Galindo citado por Rizo (2005), cuando plantea que la comunicación es un contexto ecológico de posibilidad humana; en tal sentido el proceso interactivo que vivenciaron los participantes en el curso de Taekwondo re-Creativo generó todo un complejo gramaje comunicativo, que

posibilitó el desencadene de relaciones horizontales, que facilitaron las construcciones colectivas de las vivencias de enseñanza-aprendizaje; también se puede indicar que éste experimentarse en el curso como igual a igual con los otros fue de manera gratificante para los estudiantes, asumiéndose como sujetos.

En la misma configuración, otro fenómeno que señalaron los participantes es **“la necesidad de que hay que poseer un buen estado físico y mental” (P2)**, lo que nos denota que hay múltiples búsquedas del sí mismo para adquirir el equilibrio entre el pensamiento y lo corporal.

Pero en cuanto a esta falta de condición o bienestar personal se puede decir, que funcionó como un preámbulo para originar procesos de contacto y diálogos del yo, el otro y el entorno; es decir, las posibilidades de acercamiento entre él si mismo, la otredad y lo otro, está dado por la aglomeración de procesos de interacción y comunicación que hacen parte de la naturaleza biocultural de los sujetos.

En éste sentido se señaló por parte de los participantes que, **“en cuanto a la visión de la clase, en general estuvo buena porque es un ambiente de integración y aprendizaje” (P17)**, es decir ellos la percibieron como un espacio de encuentros y vivencias al rededor de situaciones, informaciones y diálogos, en el que los flujos de relaciones y la adquisición de saberes y conocimientos puso en evidencia al sujeto-sujeto y al sujeto- social.

Lo anterior se asemeja con lo mencionado por Galindo, cuando hace referencia de la comunicación como corazón de la socialización del ser humano; por ende se puede decir que los ambientes de aprendizaje vivenciados por los educandos giraron en un núcleo comunicativo, que posibilitó encuentros y



desencuentros entre los actores participantes, lo cual movió diversos aprendizajes no sólo relacionados con la disciplina deportiva sino también permeados por el compartir de conocimientos, informaciones, saberes, experiencias de vida, que impactaron trascendentalmente en el ser mismo-actores.

Por lo que se reveló que,

**El aprender y darse uno cuenta que hay muchos obstáculos en la vida que nos van hacer siempre mejores, que el deporte deber ser constante pero también que las cosas más pequeñas de la vida tienen una razón de estar en el mundo y mucho más cada persona que está alrededor y nosotros en si como personas. (GF5, p8)**

Lo cual indica que el proceso formativo y en el cual se toma consciencia de diversas dificultades, favoreció para nutrir el sentido de vida, puesto que cada experiencia y más de tipo relacional con los otros, es de significado para consolidarse como seres humanos.

Galindo citado por Rizo (2005), también hace alusión a la comunicación como una cosmovisión y desde esa visión se articula lo señalado por algunos educandos, cuando por medio del deporte re-Creativo intencionado fueron asumiendo consciencia de sí mismos; entonces ven como el sentido negativo de la vida los ponen en búsquedas de su potenciación como sujetos y donde en esas indagaciones juega fundamentalmente el otro y el mundo como relaciones entretnejidas natural y culturalmente.

Por consiguiente las actividades, trabajos y algunos ejercicios verbales y no verbales, propiciaron el encuentro de intereses, entre los participantes, que los acercaba frente a las situaciones de clase; en esta perspectiva se puede señalar que, **“se compartieron ideas entre los participantes sobre sus**

**dibujos, propiciándose un espacio de retroalimentación entre las partes, enriqueciendo a cada uno de nosotros” (P10).**

O en la misma idea y desde el enunciado **“haciendo figuras con nuestros compañeros para simbolizar algo o expresarlo a manera artística” (P5)**, nos permitió percibir que los participantes, mediante la expresión, se ponen en situación para entrar en contacto con sus semejantes y propiciar una intercomunicación desde sus representaciones artísticas, habladas, gestuales, o pictóricas.

En tal trayectoria se puede referir a que, **“ambos con los ojos vendados deben encontrarse pero sin utilizar la palabra, es decir hallar la manera de comunicarse de otra forma” (P1.8)**, lo que nos demuestra que algunas actividades problémicas de la clase, facilitaron y permitían la libertad de los educandos, en la búsqueda de formas de poderse relacionar y comunicar con el otro, aparte de la palabra oral; lo que influyó en toda la unidad multidimensional del ser humano, pues hizo que los sujetos experimentaran nuevas acciones comunicativas para reconocerse mutuamente.

Mediante la comunicación Galindo, dice que se pueden efectuar estrategias de vinculo con los otros; aquí tiene mucha relación con lo vivenciado por educandos en las clases, puesto que la comunicación como puente para las relaciones humanas, desde el curso se les facilitó la libertad y la variedad de alternativas para que ellos se exploraran y contactaran a los otros no sólo desde la palabra sino también utilizando otras simbologías que influyó en la retroalimentación de los participantes en el compartir de subjetividades desde lo gestual y la voz humana.

De modo que estos ambientes comunicativos y de interacción constructiva que se generaron desde las clases, se tornaron significativos para los educandos en su diario vivir; por lo tanto, situaciones que ellos vivenciaron en clase, como el ejemplo del que **“trató de resolver el ejercicio de la cuerda con una amiga en la casa pero que fallaron en su intento” (P4)**, demuestran que algunas de ellas fueron recreadas por fuera del espacio académico, es decir, son compartidas en sus vivencias cotidianas y en las relaciones que establecen con otras personas externas al contexto universitario.

Pero dado que no todas las situaciones vividas en clase, son recreadas por fuera del contexto de clase, estas situaciones se caracterizan por impactar cognitiva y emocionalmente al estudiante, debido a la condición problemática que ellas comportan

Por ello se indicó **“que se divirtieron pero que fue imposible salirse de la cuerda; esto es positivo puesto que le permite a los educandos compartir lo que ven en las clases en otros espacios donde se desenvuelven” (P4)**, lo que nos demuestra además, que una experiencia de clase se puede convertir en una excusa para entablar relaciones con sus semejantes.

Pero también el acercamiento con el medio natural, se presenta como un ambiente más que hace posible la potenciación de los sujetos en su interrelación con los otros y el mundo; por lo que se percibió **“al comienzo que realizamos la experiencia de la pista me pareció muy buena ya que nos relacionamos con la naturaleza y sus diversidades (arena, piedra, prado, etc)” (P19)**.

Así, sujeto – naturaleza, entraron en un juego de relaciones, es decir se originó una conexión, con la cual los actores experimentaron diversidad de espacios, lo

que dio paso a su capacidad de sentir el medio natural como factor fundamental para su sensibilidad y su fortalecimiento corpóreo; por ende se expresó que; **“trabajar en otros ambientes como la grava, hierba y arena, dan a los pies la capacidad de sentir, palpar y en general desarrollar su sentido del tacto, los sensibiliza y a la vez los fortalece”(P9).**

Lo que se visibiliza es una susceptibilidad frente a si mismo y frente al entorno natural con la interacción, explorando diversos espacios naturales que le permitieron a los educandos percibir nuevas sensaciones que los ponen en conexión con nuevas posibilidades, como su capacidad de sentir su ser mismo, en su fortaleza y sensibilidad, a la vez que se genera un reconocimiento de la interdependencia con el entorno natural.

De esta manera **“salí como con una mejor comprensión del entorno, como que digamos la forma de pensar”** (GF2, p56). Es decir se produjo una sensibilización de educando-entorno, donde se consolida una nueva visión del mismo en su relación recíproca, por lo que se manifiesta, **“que la actividad física no debe aislarse de la vida diaria”** (GF5, p28). Lo cual deja entrever la relación que encuentran los educandos entre su vivir diario y la manera como se vivenciaron la actividad física para ellos en las clases, constituyéndose en ambientes propicios para la continua interacción entre los mismos.

En el mismo sentido lo anterior se enmarca dentro de lo planteado por Duarte, sobre los ambientes de aprendizaje; entonces vemos el medio natural como una opción dentro de la actividad física, puesto que facilitó que los educandos se exploraran y de esta manera se sensibilizaran frente así mismos en la que indagaron otras formas de sentir el medio natural, lo cual les permitió percibirse humanamente en su fuerza y reflexión consigo mismos, también reconociendo la interdependencia con el medio natural como parte del diario vivir.

Esto hace sentir que, **“el trabajo fuera del dojo, hace que el ambiente sea variado y al salir descalzos el reto de percibir el ambiente de otra manera educa al cuerpo”**(P9) lo cual permite aceptar que la combinación de escenarios destinados institucionalmente para trabajar estas experiencias, alternando los espacios institucionales y los espacios naturales o al aire libre, ayudó a enriquecer las experiencias de los participantes y de esta forma contribuir en la esencia formativa de su cuerpo, como unidad consciente.

En esta visión Duarte (2003) expresa que,

**El ambiente educativo no se limita a las condiciones materiales necesarias para la implementación del currículo, cualquiera que sea su concepción, o a las relaciones interpersonales básicas entre maestros y alumnos. Por el contrario, se instaura en las dinámicas que constituyen los procesos educativos y que involucran acciones, experiencias vivencias por cada uno de los participantes; actitudes, condiciones materiales y socioafectivas, múltiples relaciones con el entorno y la infraestructura necesaria para la concreción de los propósitos culturales que se hacen explícitos en toda propuesta educativa.**

Lo que duarte señala se encuentra relacionado con que expresaron algunos educandos, puesto ellos experimentaron otras posibilidades desde las clases, lo que los motivó en cuanto al cambio de escenario y además puesto que les permitió entrar en contacto con el medio natural.

De esta manera se visibiliza que aquí es de gran significado el cambio de escenario para la práctica del Taekwondo re-Creativo, en el sentido de que se asumieron actitudes favorables cuando se alternaron dichos espacios, por lo que se permitió la posibilidad de vivenciar nuevas experiencias como el caso de la interacción con el medio natural de una forma nueva para ellos y que llama mucho su atención e influye en las relaciones humanas del grupo y con su entorno.

De la variedad de ambientes de aprendizaje vivenciados en el desarrollo del curso se puede señalar, como aquello que ha facilitado todo un flujo de relaciones entre los sujetos y el mundo. De esta manera se mencionó que, **“sí hubo variedad en los ambientes de las clases, pues hubo diferentes clases de ejercicios, también se vivenciaron momentos de reflexión y se tocaron temas políticos y culturales” (GF5, p1)**. Lo cual indica que las clases brindaron una gran gama de vivencias y aprendizajes, es decir una combinación de actividades, que se pueden mencionar como la ejercitación y la discusión de aspectos políticos y culturales, que nutrieron la continua meditación de los educandos,

**Porque cuando era de aprender técnicas de Taekwondo se aprendía, cuando era de reflexionar sobre las cosas de la vida se reflexionaba del porque de las cosas y que no hay cosas que uno no pueda hacer sino que todo está en uno. (GF5, p3)**

Así, estos ambientes se caracterizaban, ya sea por los escenarios destinados institucionalmente para trabajar estas experiencias, como en éste caso el dojo de Taekwondo y los espacios naturales o al aire libre del C.D.U., pero también por los ambientes que se generaron en la oleada de relaciones y situaciones que se dieron al interior de cada curso, entre las personas participantes, producto de la complementariedad entre escenarios, relaciones y situaciones, tal vez debido al encuentro de intereses y necesidades, pero sí gracias a las vivencias que provocaron los ejercicios y las diversas actividades promovidas y aprendidas en las clases.

Lo mencionado por Duarte (2003) se emparenta con lo vivido y sentido por lo educandos en el curso de Taekwondo re-Creativo, por lo que el proceso pedagógico les facilitó en ponerse en contacto recíproco con situaciones basadas en experiencias de vida y académicas, donde fluyeron pensamientos, sentimientos, actuaciones, comunicaciones y gracias a las relaciones

interactivas dinámicas que se obtuvieron en los encuentros y desencuentros en el accionar del yo, el otro y el mundo.

En tal sentido, desde los ambientes educativos se sobrepasó el reconocimiento físico que sólo se le da a las disciplinas deportivas, ya que se aprecia que no sólo se cultivaba la dimensión física, y la práctica se dejó cautivar por otras dimensiones como la cognitiva, emocional relacional u otras, como se han abordado en el texto, nos muestra las posibilidades para la transformación y conscientización del sujeto como ser multidimensional, que poseen las prácticas corporales, que se experimentan con sentido microcósmico.

### **LA TENSIÓN DE ENTRENAMIENTO ENTRE LO TÉCNICO Y LO DIVERTIDO (potenciación de capacidades humanas)**

Aquí, desde esta apreciación de entrenamiento dada la tensión entre lo técnico-divertido, visualizó nuevas formas de concepción del entrenamiento siendo éste más gratificante y con sentido humano para los actores de la experiencia; entrenamiento que se vivenció entre lo mecánico y lo ameno, donde las características del deporte no se pierden pero se vivenciaron de formas diversas como lúdicamente o por medio del juego. En éste sentido la visión de Paredes (2003), se ajustó a éste nuevo paradigma de entrenamiento, al mencionar que toda actividad física y deportiva gusta más y es más sencilla cuando se utilizan formas lúdicas porque constituye una posibilidad de transformación humana.

Por su parte Gruppe citado por Paredes (2003, p. 1 (2003), nos contribuyó con su enfoque que tiene del juego, puesto que según él se presenta con un flujo de oportunidades para el proceso educativo del ser humano. La cual dicha posición es compartida puesto que a si se visualizó desde el proceso pedagógico con los educandos. Decir que dichos procesos conllevaron a que los educandos potenciaran sus capacidades humanas, una de ellas la

creatividad, por lo que Paredes (2003), expresa que la capacidad para crear es aprender a escuchar a los demás, descubrir sus propias ideas y la de los demás, ser curioso y trabajar mutuamente.

Éste proceso también llevó a que los actores educador-educandos tomaran posiciones por medio de la palabra y apoyado en lo que Freire (1997), señala, que es importante que tanto educador y educando sepan y se asuman como sujetos de diálogo, abiertos, de actitud indagadora y activos en cuanto al escuchar y ser escuchados.

De esta forma la parte lúdica como medio y como dimensión humana, se mantuvo presente en las actividades e hizo vivenciar de una forma más amena las formas de ejercitación, convirtiendo lo exigente en algo más grato y sin perder su esencia, a esto refirieron los estudiantes al enunciar que **“me llamó mucho la atención, la lúdica que se puede aportar sin perder la calidad, el esfuerzo, la competitividad, la disciplina del deporte” (p7).**

En esta perspectiva podemos decir que él estudiante percibió que la disciplina deportiva no pierde su exigencia, energía, naturaleza, su disciplina y competencia, sino más bien que en ella se origina una tensión o equilibrio en relación con lo lúdico, que permanentemente encuentran dentro de las actividades realizadas, resultando esto llamativo e interesante para los estudiantes, y que hace vivenciar la ejercitación del curso Taekwondo re-Creativo, de una forma amena, atrayente, sin perder la naturaleza del espacio formativo y su conducta deportiva.

Al respecto Paredes (2003, p. 1) dice que,

**Lo cierto es que cualquier actividad física y deportiva gusta más y es más sencilla para los niños o jóvenes cuando se utilizan formas lúdicas porque**



**posiblemente contengan en sí mismas herramientas pedagógicas, amenas, sencillamente gratificantes, por tanto de esencia más natural.**

De éste modo lo manifestado por Paredes, sobre la articulación de la lúdica como opción pedagógica en la vivencia del deporte, se reafirma en lo señalado en los relatos, por ser muy curiosa la experimentación lúdica del deporte en la clase y que no perdió la esencia de la disciplina deportiva.

Así, se puede indicar que la complementación lúdica en la Actividad Física, pone en vilo nuevas posibilidades que aportaron en el proceso formativo que experimentaron los educandos en su vivencia en el curso de taekwondo; pues según ellos, la experiencia permitió más interés e hizo que el deporte recreativo fuese más llamativo, puesto que la disciplina no pierde sus características competitivas, de exigencia, de energía, de disciplina y se puede indicar que el sentir de los educandos fue de satisfacción y naturalmente gratificantes.

En tal sentido,

**Yo diría como se transforman esas características de la disciplina a un proceso divertido, es decir partir de una disciplina que es un poco rigurosa digámoslo así, estandarizada y supremamente técnica que de pronto se le asumen con repetición y con repetición para mecanizarla, se traslado a un ambiente recreativo, lúdico, y creativo, porque es que aprender a partir de la diversión es algo muy edificante, pues estamos nosotros acostumbrados a aprender solamente con la repetición, eso es así, bueno levante la patada de esta forma, ponga el pie de esta manera y pero es que ya esas características llevarlas más afuera de lo común, digamos si la patada es así usted como la puede hacer, con mas libertad de que las personas, los otros y las otras exploren sus movimientos, las características principales de la disciplina de pronto podría decir que son muy rígidas pero, pero en la disciplina se dio esa misma disciplina pero con algo muy edificante, recreativo, lúdico, donde tenemos la posibilidad de recrear. (GF4, p31)**

Aquí, lo que perciben los educandos es que vivenciaron la disciplina deportiva, Taekwondo, como un proceso que transforma sus practicas técnico-tácticas, a

experimentaciones más amenas, es decir rompe con el paradigma repetitivo y se traslada con ambientes liberativos, explorativos, creativos y lúdicos; lo cual, los estudiantes consideran que es muy significativa esta forma de aprender divertidamente el deporte y no de la forma acostumbrada, es decir mecánicamente o repetitiva.

Lo anterior entra en similitud con lo expresado por Paredes (2003), cuando señala que la importancia de crear espacios que articulen la dimensión lúdica del ser humano con cualquier actividad física que él experimente, puesto que fortalece los procesos formativos de manera más gratificantes para ellos, lo que se muestra cuando los educandos mencionan que el deporte y como deporte rudo cambia desde las experiencias de clase a vivencias más amenas para ellos y donde se consolidaron nuevas apreciaciones de si mismo en las formas de pensar, sentir, actuar y de expresarse ante el mundo.

Es decir, podremos manifestar que la esencia de la actividad física como lo es el Taekwondo no se pierde, sino más bien que sus características mecánicas se trasladaron a ambientes divertidos, lúdicos y creativos, donde la libre exploración, los problemas, la creación, los juegos, partían de los movimientos técnicos del deporte, pero que desde esta vivencia, eran asumidos con más aceptación por los estudiantes, al permitirles, la posibilidad de esparcimiento y la capacidad de recrear. Por ende los educandos lo reafirman cuando señalaron que, **“sé vivenció un curso de Taekwondo de una manera no tan mecánica, competitivo, sino también de una forma lúdico-creativo” (GF4, p60).**

Así, como ya se mencionó un medio utilizado es el juego. El juego un aspecto inherente al ser humano, también se convierte en una actividad por la cual los sujetos se muestran como son, sujetos juguetones por su naturaleza biocultural, y que facilita que por su cuerpo encarnado corran o se manifiesten un

sin número de sensaciones que vitalizan sus seres corporeizados para la búsqueda de sentidos propios y colectivos.

En éste sentido la manera de ver el juego responde a variadas intenciones; una primera es vivenciar su propia esencia: el jugar, el explorarse, el divertirse, autocondicionarse permite pensar en la necesidad del ser humano de autoreconocerse; y la otra intencionalidad apunta a que a través de éste se puedan hacer transformaciones en el aprendizaje, que nutran el vivir de los sujetos de manera personal y colectiva.

El afirmar que **“la practica de juegos sencillos, capacita al cuerpo para tener estado físico, sincronización, reflejos y disciplina” ( P14)** hace referencia a estas intencionalidades implícitas en los juegos y que de alguna manera, son experimentadas por los estudiantes; en otras palabras, los juegos ayudaron en lo personal, con su capacidad física, su coordinación, su concentración, sus conductas y de ser propósito, pero también muestran que en lo colectivo facilitó contactos con las personas del grupo, ayudando a mejorar sus relaciones y sirviendo de puente sensibilizador de la interacción mutua.

En éste sentido Gruppe citado por Paredes (2003, p. 1), nos dice que, "el verdadero valor del juego reside en la cantidad de oportunidades que ofrece para que pueda llevarse a cabo la educación"

Esta visión que presenta Gruppe se asemeja con lo mencionado en los relatos al referir al juego como una acción que posibilitó un sinnúmero transformaciones del sí mismo, nutriendo el espacio formativo de los educandos Por ende se puede señalar que para los educandos, el juego toma valor en relación con lo señalado por Gruppe, porque se visibiliza que partiendo del

juego se potencian diversas capacidades del ser educando, en relación con lo corporal-mental de su cuerpo existencial, por lo que el juego actuó intencionalmente como puente sensibilizador de la interacción reciproca entre los educandos en aras de su crecimiento personal y colectivo.

La utilización de estos medios, las diversas relaciones que se dan entre profesor-estudiantes, estudiantes-estudiantes desde los trabajos en equipo, y los diversos ambientes propiciados mutuamente entre los actores intervinientes, que en éste caso muestran relaciones horizontales, se percibe el fomento de la creatividad, de forma personal, que estimuló la capacidad de pensamiento e imaginación, y de relación a la hora de dar soluciones creativas o de alimentar con sus ideas los diversos trabajos colectivos; a esto manifestó un estudiante que, **“trabajar en equipo nos ayuda a ser más creativos ya que debemos mantener una relación de trabajo con convivencia y cuando proponemos nuevas ideas, hacemos que el trabajo sea más llevadero”**(P3).

Parece ser que el trabajo en equipo se convirtió en una fortaleza para la construcción de aprendizajes y el fomento de convivencias solidarias, que permitió que personal y colectivamente se despierte la parte creativa y de convivencia humana, que les posibilita a los estudiantes un buen desenvolvimiento de su unidad cuerpo y mente.

Al respecto Schütz citado por Rizo (2005) nos manifiesta que al existir en el mundo, nos vivenciamos en nuestras acciones con otros y para otros, incidiendo sobre ellos y recibiendo a nuestra vez su influencia, así, se percibe al otro y creemos que él nos percibe de igual forma, lo cual se emparenta cuando los educandos indica que al vivenciarse con los otros se fortalecieron no sólo capacidades personales sino también que se tornó un ambiente de armonía del colectivo de actores, en un ir y venir de acciones humanas.

Lo cual refleja por parte del educando la comprensión de aprenderse en un colectivo social, puesto que se experimentó un proceso de crecimiento entre las partes mediante la retroalimentación, se incidió en lo social y a la vez lo social incidió en lo personal, considerándose condiciones recíprocas que alimentan las capacidades personales y la relaciones armónicas con el colectivo de personas. Se puede decir, que aquí, la interacción intersubjetividad se tornó solidaria para los constructos humanos que se dieron desde las experiencias del curso Taekwondo re-Creativo.

Además de sentirse bien en la realización de las actividades y muchas de índole distintas, llamó la atención **“la creatividad de ciertas dinámicas que convierten el deporte en algo ameno y que aporta escalones firmes para nuestro crecer como personas pensantes” (P7).**

Se puede decir que se vivenció un deporte más placentero, que a la vez permitió explorar el pensamiento e ingenio desde la diversidad de actividades articuladas a los procesos mecánicos del deporte, en éste caso el Taekwondo, pero que rompe con la práctica de ese deporte lineal, que es rígido y con una serie de normativas que impide salirse de los esquemas técnicos – tácticos, para darle paso a un deporte más transformador, que aportó a la humanización del ser humano bajo esta dinámica al crecimiento de las personas en su ser físico, pensante y expresivo.

Paredes (2003, p. 1) considera que,

**Crear es aprender a escuchar a los demás, luchar contra la crítica sistemática, prepararse para descubrir las propias ideas y acciones con relación a las opiniones y actitudes de los otros, desarrollar la curiosidad, aprender a trabajar en equipo, desarrollar el sentido del humor, mejorar las aptitudes y, sobretodo, a aprender a actuar, hacer y soñar.**

Lo expresado por Paredes tiene semejanza con lo dicho en el relato anterior, al percibirse la creatividad como un proceso gratificante que permitió que se vivenciase el deporte más amenamente y desde otra visión, lo cual posibilitó búsquedas permanentes en el sentido personal y colectivo del curso.

En éste sentido desde la vivencia de la creatividad en complemento a la técnica-mecánica del deporte, los educandos aprendieron a experimentar el ejercicio de otra forma, constituyéndose significativo para ellos y donde a la vez, la experiencia de dicho deporte influyó de manera positiva en la formación permanente de los participantes. Se puede agregar que dicha experiencia los llevó a desarrollar su curiosidad, enmarcadas por su ingenio y el placer en la vivenciación de la diversidad de actividades.

Por ello esto se ratifica cuando los educandos expresaron que,

**También se percibió la creatividad, lo de los muñequitos con plastilina que usted nos puso, que pintáramos todas las cosas buenas de Colombia, eso se dificultaba, pero por más difícil que resultara sacar cosas buenas de Colombia pues se logro sacar cosas positivas de Colombia. (GF2, p22)**

De esta manera los estudiantes indican que por medio de las diversas actividades vivenciadas en las clases, se apreciaron más creativos y de igual modo adquieren un mayor reconocimiento de su entorno, de su país. Cuando se señala que, **“algo muy importante por ejemplo que he descubierto es la creatividad y sobre todo cómo la asumo a través de la vivencia con el medio” (GF3, p6)**. Esto lleva a revelar que se visibiliza una toma de consciencia de sí mismo en relación recíproca con el medio y de la cual dichas experiencias permitieron encausar transformaciones. Pues cuando se expresó que, **“en mi caso una sensación como de más creatividad, más y con nuevas ideas, pues era poco creativo” (GF2, p37)**. Lo que muestra lo anterior es que los cambios son posibles y que se refleja la potencialización en las formas de pensar y crear.

Es decir, se muestra que antes del curso se era poco creativo y que por medio de la vivencia en el curso, se potenció la creatividad, consolidando nuevas formas de pensar en relación con el entorno.

La respecto Paredes (2003, p. 1) considera que crear es desarrollar la curiosidad, que entra en relación con lo expresado por educandos donde exploraron nuevas sensaciones de sí mismos, dándole paso a la fomentación de su capacidad creativa.

Se puede indicar que el educando desde las experiencias del curso se experimentó como un ser de la curiosidad; puesto que desde esta puesta en situación descubren y aprenden de sí mismos en relación con los otros y con su entorno, lo que produce esta curiosidad es la liberación del pensamiento, que conlleva cognitivamente al sujeto a prenderse desde sus posibilidades y dificultades humanas, reconociendo no sólo sus capacidades sino también en la asunción de su contexto vivencial.

También se puede decir que se generaron manifestaciones relacionales que dejan entrever autopercepciones de confianza, de sentirse libres a la hora de aportar con sus ideas en las diversas actividades, libertad que se facilitó en los cursos y con la cual los educandos percibieron satisfacción e interés, lo cual se expresó que **“en general esta clase me parece de mucho provecho y muy entretenida se puede identificar por brindarnos libertad en muchos aspectos como: salirnos de la rutina normal, libertad de crear cosas nuevas”**. (P10)

Parece ser que la clase además de ser regocijada, posibilitaba la liberación, al ayudar a salirse de la rutina académica que personalmente viven; pero también libera de la rutina del sólo hacer ejercicio físico y da posibilidad de que ellos se

vieran como seres autónomos ante la creación de nuevas alternativas que aporten al curso; es decir hay una flexibilización académica de los procesos formativos vivenciados, no siendo tan impositivos o repetitivos como los habituales de su pregrado y se da importancia a los educandos como autores que aportan con su subjetividad e íntersubjetividad a éste espacio formativo.

Por su parte Freire (1997, p. 83), señala que, **“lo fundamental es que profesor y alumnos sepan que la postura que ellos, profesor y alumnos adoptan, es dialógica, abierta, curiosa, indagadora y no pasiva, en cuanto habla o en cuanto escucha”**.

El enfoque de Freire se emparenta con la forma como se percibieron los educandos en la clases, como transformadores, que están en búsquedas constantes dadas las diversas condiciones que posibilitaron el reconocimiento del ser educando como actor autónomo y propósito.

Se aprecia entonces que para los educandos la vivencia del curso fue de mucho interés y diversión, por las diversas experimentaciones no lineales que se facilitaron en las sesiones, de lo cual se puede indicar que el educando se asume como una persona activa dentro de las actividades desarrolladas en la práctica pedagógica, por lo que se facilitó la liberación de los mismos en cuanto a su ser corpóreo, movido por la libertad de pensamientos, sentimientos, actuaciones y expresiones.

Al respecto se señaló que,

**Algo muy importante es la libertad, la libertad que se le permite a uno en ese descubrir, partiendo de una dificultad por realizar cualquier tipo de ejercicio, ósea ya no es el profesor el que te exige que hagas cualquier tipo de ejercicio o determinado movimiento, sino que uno también puede crear, crear cualquier tipo de movimiento o un tipo de ejercicio que también lo compartimenta a uno. (GF4, p8)**



Entonces podemos decir que se encuentra relevante el dejar ser de los educando, en otras palabras su libertad que se les permitió para nuevos descubrimientos, partiendo de problemas referentes a los ejercicios de la clase, que propiciaron la asunción de la autonomía de los actores en la búsqueda de recrear los movimientos vivenciados y de éste modo reconociendo otra mirada de su ser holístico.

En éste sentido Freire, menciona que las posiciones tanto del profesor son abiertas, indagadoras y no pasivas, en relación con lo señalado por los educandos donde se experimentan abiertos a la curiosidad y libertad desde las vivencias en las clases.

En éste sentido se muestra que para los educandos fue significativo la forma de vivenciarse curiosa y libremente desde las clases, puesto que tomaron consciencia de asumirse como exploradores y participantes activos, en reciprocidad al diálogo-escucha con el profesor; se deja ver entonces que al dejar experimentar la libertad del educando; él asume su autonomía frente a algunas actividades desarrolladas en las clases, puesto que les facilitó tomar decisiones y encontrar nuevas alternativas de solución a situaciones de no sólo de movimiento y de esta forma recrearon y reconocieron nociones de su ser unidad.

En complemento a lo anterior los estudiantes expresaron que, **“también otro aspecto importante que me pareció dentro del curso es el proceso experimental, la propuesta de cada estudiante al presentar otro tipo de propuestas planteadas, propuestas diferentes planteadas por el profesor, eso me pareció muy importante” (GF4, p35).**

En esta medida, el espacio formativo vivenciado en la clase tomó significado, donde el poder desenvolverse desde inquietudes y proposiciones, permitió afianzar personas activas y autónomas dentro de la experiencia pedagógica.

Y por ello se señaló que, **“la oportunidad de que el estudiante pudiese participar como director de una clase hizo que, que esta fuera muy variada y enriquecedora, además las reflexiones y temas cotidianos dieron un toque ameno para el desarrollo de las clases” (GF5, p5).**

Es decir, cómo la libertad que se le brindó al educando para con la clase y en esta situación como orientador de la misma, sea un elemento más para contribuir a la diversidad de actividades experimentadas, como las reflexiones y discusiones sobre temáticas de la vida diaria, lo que permitía que la clase fuese más nutrida en cuanto relaciones, aprendizajes, y además vivenciada de forma placentera.

En relación a lo anterior y desde la perspectiva de Freire (1997), los estudiantes toman consciencia y consolidan su posición como actores dialógicos en cuanto habla o en cuanto escucha dicho por el autor, en correlación con las experiencias de clase, puesto que el curso facilitó el dejar ser del educando, llevándolo a superar su condición de pasividad.

De esta manera se percibe la posición autónoma, responsable de la participación activa del educando, que se constituyó significativo para ellos en su proceso de formación. Se puede complementar diciendo que surgió un empoderamiento de los educandos para con el curso, donde la reciprocidad comunicativa permitió que se desarrollara la capacidad de liderazgo de los educandos, que alimentan desde sus orientaciones los procesos de la práctica pedagógica constituyéndose más amena.

Al parecer estos espacios de aprendizaje y los diversos procesos que se desarrollaron y vivenciaron en clase, fueron de mucho impacto y significado para los actores de la experiencia, pues, aparte de lo mencionado, se le puede agregar el disfrute que los educandos manifiestan durante el proceso relacional con sus semejantes, cuando mencionaron que, **“yo me sentí muy bien con el grupo, y me divertí mucho cuando las actividades son dinámicas como las de la clase” (P9).**

En esta perspectiva se visualiza que no sólo se da una mejora a su condición física y un estímulo a su pensamiento creativo, sino que también se provocó tranquilidad en su ser emocional con el grupo, por lo placentero de las actividades, lo que posibilitó que las dinámicas de la clase se tornaran positivas y con impacto para los actores de la experiencia.

Paredes (2003, p.1) ve que,

**En la condición lúdica se esconden los factores humanizadores que necesita la sociedad del siglo XXI, porque en ella se encuentra la posibilidad de jugar, de satisfacer, de ser optimistas, de ser creativos, de ser espontáneos, de disfrutar, ya que en todo juego las experiencias placenteras presentan sensaciones de goce, de alegría. Todas ellas buscan la armonía, el equilibrio personal y social, y forman parte de la felicidad.**

La mirada de Paredes se correlaciona con lo mencionado por los educandos desde su vivencia en el curso de taekwondo, puesto que reafirma la capacidad lúdica como posibilidad transformadora dentro de los procesos de aprendizaje humano, tal como lo experimentaron los actores desde su sentir.

Por lo cual se puede indicar que el proceso de aprendizaje que vivenciaron los estudiantes en el curso, dada la diversidad de actividades, siempre estaban acompañadas del espacio lúdico, que facilitaba las buenas relaciones con el

colectivo de participantes y a la vez impactó en los estados emocionales de ellos mismos, vivenciándose más tranquilos, serenos, y placenteros.

Por lo que los educandos agregaron que es,

**Muy importante la alegría y las propuestas de tipo revolucionario ósea hacer aclaración de los ejercicios que se hicieron de tipo exploración, de tipo dificultad y de tipo no monotonía a realizar ejercicios que se salían de lo normal, cuando mirábamos que nos ponían, nos colocaban ejercicio, o no nos colocaban sino que realizábamos ejercicio, con el pie izquierdo, con la mano derecha, fue algo importante, pues permite descubrir otras facetas de nuestro cuerpo que casi nunca las tenemos en cuenta. (GF4, p35)**

Lo que los estudiantes exteriorizaron es que es muy esencial el sentirse regocijados en las clases, dado por las actividades que se salían de parámetros lineales y monótonos, es decir de búsqueda, de conflictos, en relación con su ser mismo, lo cual fue trascendental para los estudiantes puesto que le facilitaba la exploración de su cuerpo, descubriendo nuevas y dificultosas facetas.

En éste sentido lo anterior se asemeja con lo señalado por Paredes (2003), cuando menciona lo lúdico como posibilidad para la humanización, lo que para los educandos es relevante ese sentirse alegres desde la clases, puestos que entran en juego explorativo consigo mismos que los lleva al disfrute y a buscar la armonía personal como sujetos.

Los educandos encontraron relevante lo lúdico, al permitirles sensaciones gratificantes consigo mismos, pero a la vez también se desenvuelve de manera simultanea con propuestas alternativas, es decir actividades no convencionales y que favorecieron la exploración de los estudiantes, que provocaron la toma de consciencia de su cuerpo, en búsquedas, consigo mismo, con el otro y con lo otro; entonces ver que se facilitó una variedad de acciones que en

correspondencia con lo lúdico permitió la indagación del ser educando de nuevas y complejas dimensiones.

De éste modo las vivencias del curso provocaron que los actores experimentaran situaciones personales conflictivas en relación consigo mismo, como por ejemplo que perciban sus dificultades como, **“mi falta de creatividad, mi falta de elasticidad y falta de coordinación de movimientos (P5).**

En tal sentido las experiencias de la clase permitieron que los actores entraran en confrontación de sus dimensiones corpóreas y sus posibilidades personales, como su dificultad para crear, para coordinar y la imposibilidad de estirar sus músculos, tocando al ser, no sólo en su parte física sino también en su dimensión cognitiva y emocional.

Con lo anterior y en relación con planteado por Paredes (2003), se deja entrever lo lúdico como posibilidad de exploración del ser humano, lo que para los educandos se muestra como medio para expresarse desde su ser persona en correspondencia con los otros y el mundo.

De éste modo se percibe que lo que permitió la dimensión lúdica de los estudiantes en sus diversas experiencias en las clases, fue su confrontación, es decir placenteramente los estudiantes son conscientes de sus dificultades que les impiden desenvolverse equilibradamente en las clases y en sus vidas; estas experiencias de confrontación personal no sólo toca el ámbito de lo corporal del sujeto sino también lo cognitivo, afectivo y relacional del ser unidad inacabado.

En esta perspectiva podemos decir que los estudiantes percibieron que la disciplina deportiva no pierde su exigencia, energía, naturaleza, su disciplina y

competencia, sino más bien que en ella se origina una tensión o equilibrio en relación con lo lúdico al igual que el juego que permanentemente se encuentran dentro de las actividades realizadas, constituyéndose como principios pedagógicos que dieron como resultando el potenciar capacidades humanas y que las experiencias fuesen llamativas e interesantes para los estudiantes, y que hizo vivenciar la ejercitación del curso Taekwondo re-Creativo, de una forma amena, atrayente, sin perder la naturaleza del espacio formativo y su conducta deportiva.

Se visibilizó que el educando se asumió como una persona activa dentro de las actividades desarrolladas en la práctica pedagógica, posicionándose autónoma y responsablemente por lo que se facilitó la liberación de los mismos en cuanto a su ser corpóreo comunicativo, movido por la libertad de pensamientos, sentimientos, actuaciones y expresiones.

## CAPITULO 3

### 9. REFLEXIONES FINALES

El proceso de intervención pedagógica realizado durante dos periodos académicos consecutivos, y a través de un proceso de Investigación, en los cursos de Taekwondo re-Creativo del Programa Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca, constituyó un espacio complejo e interesante pues permitió que se hiciera una reflexión académica de las vivencias humanas dadas desde los cursos, las cuales permitieron visualizar las manifestaciones de la consciencia corpórea de las y los estudiantes.

En los hallazgos se expresó un cuerpo objeto que, como instrumento, se manobra o se controla, dándole la forma que se quiera y que, como máquina, no tiene límites, convirtiéndose en receptor y potenciador de sus fenómenos físicos; pero también se deja entrever que la transformación humana parte de lo corporal y se expande hacia la complejidad holística de los actores desde la acción humana.

Se manifiesta que el cuerpo-maquinal se encuentra inexplorado, imposibilitado para cumplir con las diversas acciones que se puedan presentar en situaciones cotidianas. En éste proceso aparece el papel protagónico del docente, como mediador por excelencia; en éste sentido el docente posee una connotación ideológica particular, en tanto que es desde él que se dimensiona el papel del cuerpo y se le da el valor y uso deseado.

Surgen manifestaciones de la consciencia corpórea, que refieren al tipo de posibilidades vivenciadas en las clases, lo que conllevó a que el cuerpo fuera experimentado de manera expansiva, en tanto abrió a las relaciones con los demás y permitió percatarse de sensaciones de liberación personal o de

catarsis; lo que llevó a la apreciación de un cuerpo potencial, que, a la par con lo objetual, permitió el encuentro consigo mismos, y los acercamientos dialogantes con los otros y lo otro.

Surgió un reconocimiento cognitivo del ser cuerpo, que se tradujo en una expresión de consciencia de sí mismo, consciencia que asume un carácter temporalizado, que se va construyendo en el día a día, desde la experiencia o vivencias de nuevas posibilidades de su cuerpo, pero también un carácter inacabado dada las múltiples posibilidades, presentes y futuras, de nuevos descubrimientos de sí mismo.

Se manifiesta la vivenciación del ser-cuerpo como totalidad humana y su uso corporal no se dio de forma fragmentaria, como la utilización de unos segmentos corporales más que otros, sino que por medio de nuevas experimentaciones o acciones con sentido, por ejemplo desde lo físico, lo mental, lo creativo, ellos percibieron la construcción total de su cuerpo; con lo que se puede señalar que se originó una aproximación al sí mismo como unidad corpórea.

Se puede indicar, que se experimentaron diversos ambientes de aprendizaje en su transformación como sujetos, en los cuales la interacción es el medio transversal que armonizó las relaciones y situaciones que los actores entablaron, dentro de la relación, yo, otro, medio; se mostró que los espacios de la clase no eran impuestos por profesor, sino que se permitió que los estudiantes fuesen activos y participativos, lo cual permitió que los ambientes de clase no fuesen tan lineales encerrados en la disciplina y su parte técnica.- física, sino que se generaban el compartir experiencias personales, académicas, y del mundo; lo cual nutrió a los participantes y les causó impacto en su sentido de vida.



La actividad Física desde el Taekwondo re-Creativo, tomó una posición seductora frente a la mirada de los educandos, ya que la capacidad de movimiento tomó sentido intencional, puesto que facilitó que los sujetos estuviesen en búsquedas constantes que incidieron en la manifestación de la consciencia-sujeto en sus diversas dimensiones, como en su pensar, actuar, sentir, comunicar, el relacionarse en el proceso pedagógico; deporte recreativo que impacta de manera subjetividad e íntersubjetiva de un sujeto, de un colectivo y desde lo cual cada persona encontró un significado para su sentido de vida.

Cuando se vivenció, los fundamentos del arte marcial Taekwondo re-Creativo, que se caracterizan por su esencia mecánica-competitiva, se experimentaron y disfrutaron de forma lúdica, creativa, cognitiva, relacional, libertaria, que abrió una brecha importante en la enseñanza-aprendizaje del deporte re-Creativo, ya que se convierte en punto de partida y de reflexión de éste tipo de actividades; aquí, se mostró relevante e intencional en papel del orientador, lo que permitió la expresión del cuerpo-sujeto, que dentro de sus procesos formativos ecosociales no se puede seguir fragmentando o desconociendo su condición humana.

## **10. POSIBLES RECOMENDACIONES**

Continuar con los procesos de indagación sobre los fenómenos de consciencia corpórea desde las prácticas pedagógicas que se realizan en el Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca.

Repensar las prácticas que se desarrollan actualmente en el Programa Actividad Física Formativa en el área del Deporte re-Creativo y en el desarrollo de sus contenidos en aras de consolidar procesos transformadores para propender por la Formación Integral de sus educandos.

Plantear y desarrollar nuevas propuestas pedagógicas que se encaminen a la exploración holística del ser humano, en consolidar sus procesos Formativos desde la Práctica de la Actividad Física que ofrece la Universidad del Cauca.

Continuar con los procesos investigativos en los diversos cursos del Programa AFF, para encontrar nuevos sentidos que permitan reflexionar críticamente sobre las prácticas y así, como educadores influir en la transformación de las mismas en aras de la consolidación de los procesos formativos del ser humano y por el cual el programa ayuda a propender.

Que los maestros se asuman como generadores de las transformaciones humanas y permitan empoderar la orientación de la Actividad Física como posibilidad en los encuentros y desencuentros en los procesos formativos de los sujetos desde una mirada holística.

Que el arte marcial Taekwondo se posicione como una posibilidad de exploración en la relación enseñanza-aprendizaje de los educandos, no solo para el Programa Actividad Física Formativa, sino también para otros espacios del Departamento de Educación Física Recreación y Deportes.

## 11. ENSANCHAMIENTO DE HORIZONTES

Se puede decir que el proceso vivenciado tanto por los educandos en el curso de Taekwondo re-Creativo como por parte del educador (orientador e investigador) se dio en un juego entre los fenómenos opuestos, de esta forma la dificultad, y la posibilidad, la vitalidad y cansancio, la libertad y lo condicionado, el reír y el estar triste, el callar y comunicar, se necesitaron siempre en esos flujos dinámicos de interrelación que posibilitaron que la armonía humana se encontrara y desplegara, en búsquedas de trascendencia y con sentido de vida para con migo y los actores pedagógicos.

Así, se dieron relaciones humanas recíprocas, que me provocaron construir desde el otro, con el otro, y con el mundo- todo un gramaje de experiencias interactivas que se tornaron enriquecedoras para el ser ínter corpóreo en su ser y estar en el mundo.

Los verdaderos cambios de las prácticas educativas, la tiene el posicionamiento político y ético de ser un nuevo educador, que como orientador en la inserción del educando debe mostrarse dialógico y seductor en la transformación del saber y la condición humana.

La inconclusión del ser lo hace sujeto de la aventura, en un ir y venir entre lo incierto y lo conocido, sólo la asunción de nuevos retos y el empoderamiento humano, dinamiza su consciencia en el estar siendo en el mundo.

El proceso vivenciado se constituyó significativo para mí al incidir en la reflexión y comprensión de los diversos sentidos humanos que se configuraron en la propuesta pedagógica, lo cual me permitió repensarse como persona, como

educador-investigador y frente a los cambios posibles que se anhelan desde la convicción de ser maestro.

**LA POSIBILIDAD Y LA DIFICULTAD, PERMITEN AVANZAR UN PASO MÁS.**

*“Somos activos, curiosos, transformadores, capaces de correr riesgos, de ir más allá...”*

*(Paulo Freire)*

## 12. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aigner M, (2002). Artículo publicado en CEO, Revista Electrónica no. 7, <http://huitoto.udea.edu.co/~ceo/>
- Arráz y Romero, (2000), en: Romero Cerezo, C. (2002). Bases teóricas para la formación del maestro especialista en educación física. Granada: Grupo Editorial universitario. Extraído 14 de julio de 2005 de: [www.ugr.es/~erivera/paginas/diccionario.htm](http://www.ugr.es/~erivera/paginas/diccionario.htm)
- Aranguren, J. (2003) "La Idea De La Formación". Extraído el 22 de junio de 2005 de: Interrogantes. Net. 29.iii.03.
- Ayarza, B. A. (1996). Constitución Política de Colombia de 1991. Santafé de Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Bonilla, D, J. (1997). La Conciencia. Extraído, 24 de agosto de 2005. disponible en: <http://www.monografías.com>
- Botero, U. D, (2000). Manifiesto del pensamiento Latinoamericano. Santafe De Bogota: Editorial Magisterio. Segunda Edición.
- Blanco, j. (2006). La relajación en educación física. Secuenciación de contenidos. <http://www.efdeportes.com/> Revista digital- Buenos Aires- 10- No 93-febrero.
- Camacho H. C. (2003) Pedagogía y Didáctica de la Educación Física. Armenia: Editorial Kinesis.
- Campo G. Elena. (2000). el juego en la educación física básica.1ª edición. Colombia. Editorial kinesis.
- Colomer, M. (SF). El cuerpo, lugar de expresión. Disponible en WWW. Google.com. 12ª. Mostra internacional de Mim a Sueca. Artículos. Fecha de consulta 23 de octubre de 2006.
- Constitución Política de Colombia. (1991). Edición Actualizada año-2002.
- Coppens, F, Van de Velde, H. (2005). Sistematización. Texto de referencia y de consulta. Programa de especialización en gestión del desarrollo comunitario. Modulo 6. CURN/CICAP. Estelí-Nicaragua.
- Crick F. (2003). La conciencia humana se genera en la parte posterior del córtex cerebral. Extraído 23 de agosto de 2005 de: Internet. Tendencias científicas.
- DANE. (2000). Disponible. [www.dane.gov.co](http://www.dane.gov.co)
- Delors J. (1996) La Educación Encierra Un Tesoro. Editorial Santillana. Ediciones UNESCO.
- Duarte, D, J. (2003). Ambientes de aprendizaje. Una aproximación conceptual. . *Estud. pedagóg.*. [online]. no.29 [citado 16 Agosto 2005], p.97-113. Disponible en la World Wide Web: <[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-)

- Enciclopedia Encarta. 1993-2003- 2005
- Escuela Mexicana de Taekwondo Meléndez. Documento internet. Consulta julio 2005.
- Foro de Salud Integral. Universidad de Costa Rica. 29/11/2004. Disponible, <[www.google.com](http://www.google.com)>.
- Flores R. (1997). Hacia una pedagogía del conocimiento. Colombia.
- Freire, P. (1997). Pedagogía de la autonomía. Siglo XXI editores- España.
- García, V, D, A. (2000). Introducción a la Fenomenológica de Edmund Husserl. Pereira. Extraído 12 de agosto de 2005 de internet: Revista Ciencias Humanas: UTP. No 22.
- García, B, J, D. Sobre el Sentido de Conciencia en la celestina. Extraído 23 de junio de 2005 de: <<http://www.garciabacca.com/bibliosobre.html>>.
- Genú S, M. (sf). Diálogos sobre corpo e corporeidade. Universidade do Estado do Pará. Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. Curso de Educação Física. Extraído el 4 de septi de 2007, de, <http://www.uepa.br/prof/cedf/Pdf/marta.pdf>.
- Genú S, M. (SF). CORPO E LOUVOR: EM BUSCA DA UNIDADE DO SER: Pesquisa desenvolvida sob a Chancela do GEPEC- Grupo de Pesquisa em Corpo e Cultura de Movimento e da BEMH- Base de Estudos em Motricidade Humana. Dr.<sup>a</sup>. UEPA/Brasil. DISPONIBLE en: [www.consentido.unicauca.edu.co](http://www.consentido.unicauca.edu.co)
- González, L. (2002). Reflexiones sobre Bienestar Universitario.
- Grayling. La mente Ese Dilema. Universidad de Londres. Profesor de filosofía. Disponible en. <[http/ www.google.com](http://www.google.com)>.
- ICFES. ( 2003)
- Jaramillo, E. L, G. (2001). La Escuela, El Señor Juego y La Formación. Armenia-Colombia. Editorial, Kinesis, edición 37.
- Jaramillo, L, G, y Trigo, E. (2005). La corporeidad de América Latina: ideas para un currículo en motricidad y desarrollo humano. En: Revista ieRed: Revista Electrónica de la Red de Investigación Educativa [en línea]. Vol.1. Disponible en Internet: <<http://revista.iered.org>>.
- Jaramillo, L, G, (2006). El protocolo. Testigo de un cotejo desde una semilla que se esparce: el seminario. Profesor de investigación. Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación. Universidad del cauca.
- Jaramillo, L, G. Yanza, P. (2006). Perspectivas de un diseño curricular para la educación física fundamentado en la motricidad y el desarrollo humano. Disponible, <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 95 - Abril de 2006.
- Leder V. (1999) historia de la Psicología II. Disponible. Internet.
- Ley General de Cultura. (1997). Art.1 numeral 1 y 12
- Ley General de la Educación. (1992).
- Ley 30 (1992). Por el cual se organiza el servicio público de la Educación Superior Ver.: Decreto 1176 de 1999

- López B, M. (1997). Disponible en <http://G:\huma\Seminario de Filosofía el Problema Mente-Cerebro>.
- Mahbub, U, H. (1995). El Paradigma del Desarrollo Humano. Extraído 23 de junio de 2005. Disponible, <http://www.desarrollohumano.cl/pdf/1995/paradigma95.pdf>.
- Marcondes, D. (1996). La intersubjetividad en el discurso y la construcción de la realidad. Disponible en la Revista Digital de Ciencia Humanas número 22. Fecha de consulta noviembre 2006.
- Melich, C, J. (1997). Del extraño al cómplice: La educación en la Vida Cotidiana. Primera edición. Barcelona-España. Editorial Átropos.
- Moncada, C, R. Rendón, V, H. (1998). La escuela que se mueve. Aportes y experiencias de sistematización de proyectos educativos. Medellín-Colombia, Editorial Corporación Región.
- Morin, E.(1999). Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Ministerio de educación nacional. Editorial, UNESCO.
- Morin, E. (2000). La Mente Bien Ordenada. Barcelona: Editorial Seix Barral, S.A. Primera Edición.
- Murcia P, N. Jaramillo, G, L. (2000). Tendencias cualitativas de investigación en ciencias sociales. Una posibilidad para realizar estudios sociales en Educación Física. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - N° 25 – Septiembre. Fecha de consulta octubre de 2006.
- Murcia y Jaramillo. (2003). Educación, Socialización y Motricidad Humana. Colombia. Disponible. [Efdeportes.com](http://Efdeportes.com). revista No 66.
- Murcia (2003). La Motricidad Humana: trascendencia de lo instrumental. Disponible: [www.efdeportes.com/](http://www.efdeportes.com/) revista digital. Buenos Aires. No-65-OCT-2003.
- Ortiz J, (2001). Programa Actividad Física Formativa. Universidad del Cauca. Departamento de Educación Física Deporte y Recreación.
- Ortiz, J. (2002). El deporte y recreación universitaria en el contexto del bienestar universitario: una aproximación al concepto desde la perspectiva de la motricidad humana. Universidad del Cauca.
- Ortiz O, Alexander L, (2005). Centro De Estudios Pedagógicos y Didácticos CEPEDID. Barranquilla. Disponible: [Monografias.com](http://Monografias.com).
- Paredes O, J, (2003). Desde la Corporeidad a la Cultura. España. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 6
- Paredes y Carrillo (2004). El deporte base en el proyecto de vida. Un discurso teórico. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 68 –
- Pérez, V. Sánchez, R. (2001). Las concepciones del cuerpo y su influencia en el currículum de la Educación Física. Disponible, <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 6 - N° 33.

- Pérez C, W. (2002). Desarrollo H, Educación Física y Motricidad. Edición. 33. editorial Kinesis.
- Quiceno, C. H. (1996). Revista Educación y Pedagogía 14 y 15.Vol. 7. Medellín Col. Universidad de Antioquia.
- Ramiro M, M., Rincón R. (2002). Formación Humana en la Universidad. Colección no. 6. Cali—Col. UNESCO. U. San Buenaventura.
- Restrepo, C, L. (1995). Derecho a la ternura. Bogota: Arango editores
- Reynaga E, P. (2001). Actividad física y salud mental. México. En: [www.efedeportes.com/](http://www.efedeportes.com/) Revista Digital- Buenos Aires- Año-7 – Septiembre de 2001
- Rey y Trigo. Motricidad. ¿Quién Eres?. Equipo de investigación “Creatividad y Motricidad” de la Un. da Coruña. Extraído 24 de julio de 2005 de: <http://www.udc.es/dep/inef>.
- Rizo, G, M (2005). Interacción y comunicación. Exploración teórica-conceptual del concepto de Interacción. Monografías.com. Fecha de consulta, octubre, 2006.
- Rizo, M. (2005). La Psicología Social y la Sociología Fenomenológica. Apuntes teóricos para la exploración de la dimensión comunicológica de la interacción. Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Disponible en Revista digital Global Media Journal, en español. Fecha de consulta octubre de 2006.
- Rodríguez, A, (1973). Historia de las Universidades hispanoamericanas. Bogotá: Imprenta Patriótica del Instituto Caro y Cuervo, Hierbabuena.
- Romero, H, R. (2001). Legislación Educativa. Universidad de Pamplona. Colombia.
- Romero G, A. (2003) Chile. Extraído 12 de julio de 2005 de: [www.efedeportes.com/](http://www.efedeportes.com/) revista digital. Buenos aires. Año 9. No 63- agosto 2003.
- Sánchez, O, C, J. (1999). Estrategias para el aprovechamiento del tiempo libre en la corporación UCICA de la ciudad de Popayán.
- Sorín, M. (1992). Creatividad. Barcelona, España: Editorial labor, S.A.
- Suárez, O, y Ruiz, C. (2001). La comunicación informal en la organización, otra mirada desde la íntersubjetividad. Disponible en [www.razonypalabra.org.mx](http://www.razonypalabra.org.mx). Revista numero 23. Fecha de consulta noviembre de 2006.
- Strauss, A. Corbin, J. (2002). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar teoría fundamentada. Primera edición. Editorial Universidad de Antioquia.
- Trigo E, A. (1999) Juego y Creatividad: el Re-descubrimiento de lo lúdico. Dto. Medicina. Universidad A Coruña. Doctora en Pedagogía y Educación Física. Directora equipo investigación “Creatividad y Motricidad”.
- Trigo, E., Delgado, R, M, J., Soutullo, A, J, L., Baluja, F, A., Mendiña, G, I., López, O, L., et al. (2000). Fundamentos de la Motricidad Humana. Madrid: Editorial Gymnos.



- Trigo, Hurtado, Jaramillo. (2005). En acción 1. Con sentido. Primera edición. Popayán: Universidad del Cauca.
- Universidad de Navarra. Escuela deportiva de Taekwondo. Fundamentos básicos. Disponible en: Internet. Fecha de consulta julio de 2006.
- Ul Haq Mahbub (1995). El Paradigma del Desarrollo Humano. Disponible en: <http://www.desarrollohumano.cl/pdf/1995/paradigma95.pdf>: Google.com.
- UNESCO, (2002). Estudio cualitativo de escuelas con resultados destacables en siete países latinoamericanos, Santiago de Chile. Disponible [www.google.co](http://www.google.co)
- Uribe, B, D. (2000). Manifiesto del pensamiento latinoamericano. Bogotá D.C: Editorial, Magisterio.
- Uribe, B, D. (2001). Vida, Ética y Democracia. Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Editorial, Unibiblos.
- [www.unicauca.edu.co](http://www.unicauca.edu.co). Documentación pública sobre la esencia de la Universidad del Cauca. Fecha de consulta 04-07-2005.
- Watts, M. (2001). Heidegger. Guía para jóvenes. Plaza y Jóvenes Editores COL S.A. Impreso en España.
- Wemail ExPresión consentido (2006). La expresion. Disponible en: <http://www.consentido.es/que%20e2.htm>. Fecha de consulta septiembre 11 de 2007.
- Wikipedia, la Enciclopedia libre. Edmund Gustav Albrecht Husserl. Vida y obras. Extraído el 26 de Agosto de 2006 de Internet. Com.
- Yarce, J., Lopera, C y Pacheco, I. (2002). La Educación Superior en Colombia. Bogota: Distribuidora Y Editora Aguilar, Altea, Taurus, Alfaguara, SA.
- Zambrano, L, A. (2000). La Mirada del Sujeto Educable. Primera Edición. Santiago de Cali: artes Graficas del Valle.
- Zambrano, L, A. (2002). Los Hilos de la Palabra: Pedagogía y Didáctica. Primera Edición. Santiago de Cali, Grupo Editorial Nueva Biblioteca Pedagógica. S en C.
- Zuluaga, O, L. (1987). Pedagogía e Historia. Primera edición, Bogotá, Ediciones, Foro Nacional por Colombia.

## ANEXOS

### ANEXO: 1. PROPUESTA PEDAGÓGICA



**Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación**

**Departamento: Educación Física, Recreación y Deporte**

**Tipo de Actividad: Taekwondo Re-Creativo**

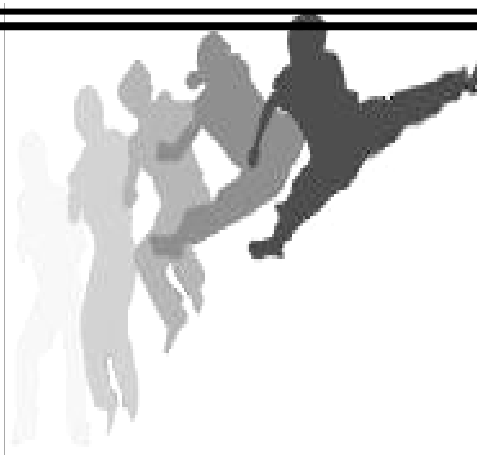
**Créditos: 1**

**Nombre: Wilmar Ordóñez B.**

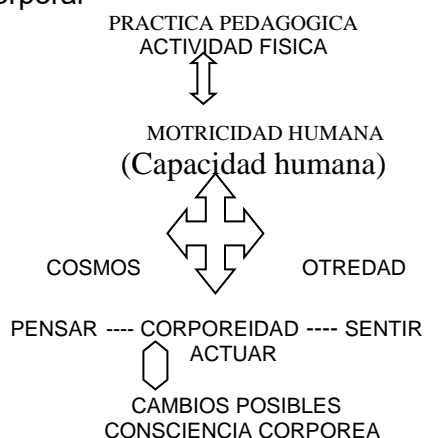
**Intensidad Horaria: 2Horas**

**Requisitos:**

**PROPUESTA PEDAGÓGICA**



“Trascendencia del ser corporal”



## 1. PRESENTACIÓN

La Actividad Física Formativa, en coherencia con los propósitos educativos de la Universidad del Cauca, dentro de los cursos que ofrece, desarrolla procesos académicos orientados a propiciar la Formación Integral de las y los estudiantes de pregrado de la Universidad del Cauca. Sin embargo las actividades que se realizan en el programa de Actividad Física Formativa no dejan entrever claramente la ejecución de procesos que conlleven a los estudiantes a reflexionar motricemente sobre sus prácticas, que les permitan fomentar específicamente la Consciencia de su Ser Corpóreo.

Desde esta dinámica que muestra el problema; la propuesta pedagógica se mueve bajo la orientación de la siguiente pregunta que surgió de las indagaciones que se realizaron en el Programa Actividad Física Formativa y en referencia a sus prácticas pedagógicas.

¿Cómo una Propuesta Pedagógica desde el curso Taekwondo re-Creativo incide en la Consciencia Corpórea de las y los estudiantes del Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca?

Por consiguiente esta propuesta se desarrolla como:

Intervención Pedagógica desde el curso Taekwondo re-Creativo para incidir en la Consciencia Corpórea de las y los Estudiantes que cursan el Programa Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca.

El programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca tiene el propósito de ayudar a propiciar la Formación Integral de los estudiantes de pregrado, y se constituye en un espacio académico básico perteneciente al área de desarrollo personal de los estudiantes universitarios.

De esta manera el concepto de Actividad física para Girginov (1990) citado por Reynaga (2001) dice “la Actividad Física es el movimiento Humano intencional que como unidad existencial busca el objetivo de desarrollar su naturaleza y potencialidades no sólo físicas, sino psicológicas y sociales en un contexto histórico determinado”. De esta forma la actividad física cobra importancia en la medida que posibilita el pleno desarrollo de la multidimensionalidad de los seres humanos.

De ahí la importancia de articular e implementar practicas pedagógicas significativas desde la Actividad física, encaminadas a que los estudiantes entren en una continua exploración de su ser corpóreo en relación con el otro y con su medio. Como espacio de sano esparcimiento que se fundamenta en la Motricidad como capacidad Humana, propende no sólo por el conocimiento sino también por la formación vivencial de los estudiantes, es decir es un medio que propicia la formación humana y ciudadana de los estudiantes universitarios.

De esta manera el Taekwondo como Actividad Física, es una disciplina que se muestra flexible para articular una propuesta pedagógica, que puede desarrollarse al programa Actividad Física Formativa e incidir en el papel que cumple como lo es propender por la Formación Integral de los estudiantes de la Universidad del Cauca.

De esta manera las capacidades perceptivas guían la propuesta pedagógica como eje fundamental de los procesos de formación del ser humano, inciden en la relación que se da entre el mundo externo y su corporeidad. Es así como sus múltiples sentidos son los conductos principales por los que las vivencias de los fenómenos socioculturales y el estado del organismo llegan al cerebro, dándole

a la persona diversas posibilidades de desenvolverse de manera armónica desde su ser corpóreo hacia el espacio circundante.

## **2. JUSTIFICACIÓN**

El proceso de humanización propicia que muchas personas día a día creen nuevos espacios educativos y desarrollen procesos en aras a consolidar su formación integral. En la Universidad del Cauca la Actividad Física Formativa se presenta como medio para propiciar dicha formación. Después de haber superado el paradigma instrumental del deporte, la Actividad Física Formativa desde múltiples posibilidades, busca permitir que el estudiante desarrolle su personalidad de manera armónica y constructiva.

Por ello la Actividad Física es importante para las y los estudiantes puesto que les permite la exploración de diversas sensaciones de la vida; en ésta medida el área afianza distintas capacidades que aportan en la Formación Integral del educando y desde la intencionalidad en sus prácticas, puede posibilitar la toma de consciencia de sí mismo, de los otros y de su realidad - mundo.

Por lo cual el Programa Actividad Física Formativa, como espacio académico de la Universidad del Cauca, es un proceso nuevo que se consolida día a día con el apoyo de diversas reflexiones humanas, permitiendo la entrada de contenidos programáticos desde el deporte, la recreación, las actividades artísticas, estéticas, entre otras.

Por ende esta propuesta de Intervención Pedagógica se encamina en la influencia del Taekwondo re-Creativo como Actividad Física que facilite la percepción de nuevas y significativas sensaciones por medio de la Motricidad

de su ser cuerpo, como Capacidad Humana que posibilita procesos dinámicos y transformaciones objetivas y subjetivas de la vitalidad del ser humano.

En este sentido, esta propuesta pedagógica es crítica frente a las prácticas corporales sin sentido e instrumentalizadas; por lo cual, en esencia debe posibilitar el propicio por parte de los estudiantes de su consciencia corpórea, y permitir descubrir en ellos dimensiones inexploradas, además de asumir su importancia en aras a la trascendencia de su ser sí mismo, como seres humanos en continua relación dentro de su ser microcosmos, la otredad, y el cosmos.

De esta se manera esta propuesta es importante puesto que alimenta las prácticas que se desarrollan en el Programa Actividad Física Formativa, fortaleciendo la Formación Integral de sus educandos, desde nuevas experiencias que el Taekwondo re-Creativo puede posibilitar; entre lo cual busca la armonía de sus practicantes en todas sus dimensiones y orientado desde la acción intencional a partir de la práctica en si, pretendiendo trascender de las prácticas meramente motoras y sin significado para los educandos.

### **3. PROPÓSITOS**

#### **GENERALES**

Incidir en la toma de la consciencia corpórea de las y los estudiantes por medio de una propuesta pedagógica desde el curso Taekwondo re-Creativo en el Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca.

## **ESPECÍFICOS.**

Permitir que los estudiantes por medio de acciones intencionales desde el curso Taekwondo re-Creativo exploren nuevas percepciones de su ser corpóreo en relación con los otros y su medio.

Incidir en un sentido de valoración de la Actividad Física Formativa como espacio de satisfacción y descubrimiento de nuevas posibilidades de los estudiantes, para fomentar su equilibrio y armonía de su corporeidad en relación de sí mismo, del otro y el medio en el cual se desenvuelve en su vida diaria.

Contribuir con los procesos formativos que se propone el Programa Actividad Física Formativa, mediante el desarrollo de prácticas pedagógicas significativas que conduzcan a que las y los estudiantes sean protagonistas de su proceso educativo en su ser en el mundo.

## **4. PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS**

Desde lo pedagógico se orienta en función de la Motricidad como Capacidad Humana, que se pone en situación desde diversas vivencias con sentido y trascendencia para los sujetos y alejándose críticamente de los dualismos humanos. Aquí cada persona se convierte en sujeto pedagógico, protagonista y participativo en las prácticas, en su forma de ser y estar en el mundo, como ser reflexivo, crítico, propósitivo, expresivo, lúdico, relacional, y explorativo.

Se tiene una mirada ecológica de sujeto, que en esencia se constituye holístico por su experiencia vital, en su recorrido histórico cultural con los otros y por su relación con la naturaleza, permitiéndole tomar posicionamientos frente a sí mismo, frente a los demás y su mundo.

Mientras halla vida todo cambio es posible, la vida humana es un ir y venir, donde lo subjetivo y objetivo fluyen en gramajes racionales y recíprocos en la construcción y reconstrucción de múltiples sentidos y construcciones humanas, por ello esta propuesta se muestra flexible a los posibles en construcción dialógica con los educandos.

## **5. REFERENTE CONCEPTUAL**

### **5.1 Referente Pedagógico**

Como referente pedagógico se toman aquí algunos planteamientos de Paulo Freire, como uno de los precursores de la acción educativa crítica en América Latina. Donde en sus ideas y pensamientos sobre la enseñanza, deja a los educadores del futuro esperanzas de que los cambios sí son posibles y donde enseñar es más, que transferir conocimientos. Por lo que Freire (1997, p, 47) expresa, “saber que enseñar no es transferir conocimientos, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción”. También señalar que se recogen algunos aportes de la pedagogía activa y algunos de sus estilos de enseñanza desde Camacho (2003).

En este sentido, estas visiones permiten a los educadores nuevas búsquedas que faciliten que los educandos descubran su potencial, como seres humanos críticos y participativos en sus procesos de formación. Por ende la Actividad Física y en este caso el Taekwondo re-Creativo intentan superar las prácticas



instrumentales, de técnica, repetición y movimientos sin trascendencia para los estudiantes.

Para Freire el sujeto se expresa ante el mundo como ser inacabado, por ello se convierte en un referente importante dentro de esta práctica pedagógica; otra mirada que se retoma del autor, es la relación enseñanza-aprendizaje como una relación dialógica entre los actores y su medio de interacción. Es decir que somos seres en comunicación y que esa comunicación es una continua retroalimentación entre los sujetos y su medio social.

Para finalizar agrega Freire (1997, p, 57), que “la consciencia del mundo y la consciencia de sí como ser inacabado inscriben necesariamente al ser consciente de su inconclusión en un permanente movimiento de búsqueda”

En tal sentido la Motricidad como Capacidad Humana se articula con lo que enuncia Freire, al posibilitar la superación del cuerpo-objeto y donde se abre a nuevas búsquedas desde su cuerpo-sujeto, en la medida de que sus experiencias tengan intención y significado para su sentido de vida.

## **5.2 REFERENTE DISCIPLINAR**

### **5.2.1 Taekwondo re-Creativo**

El Taekwon -Do es un arte, un camino, una forma de vida; todas estas definiciones le cuadran, ya que engloba una serie de conceptos y principios por medio de los cuales se pretende un mundo más integrado y moral. El aspecto moral esta decididamente unido al Taekwon-Do desde su creación. Este es el espacio donde uno puede descubrir valores que hacen más grande al ser humano como ser complejo.

El Actividad Física al asumir al ser humano como ser holístico, apropia que el mismo tiene la capacidad de construir de reconstruir su mundo; de esta forma los estudiantes son partícipes de los procesos de orientación en las clases de deporte re-Creativo

Por ello, el Taekwondo como deporte re-Creativo es óptimo para la socialización de sus practicantes, donde la finalidad no es la técnica, sino la exploración de su corporeidad a través de las mismas. De este modo es un espacio de encuentro de íntersubjetividades y no de corporalidades, de esta manera se puede empezar a recuperar la alegría, el disfrute, el goce, el placer de la práctica de esta actividad.

### **5.2.2 Actividad Física**

En este sentido Girginov citado por Reynaga (2001) dice que, “la Actividad Física es el movimiento Humano intencional\_ que como unidad existencial busca el objetivo de desarrollar su naturaleza y potencialidades no sólo físicas, sino psicológicas y sociales en un contexto histórico determinado”.

De esta forma la actividad física cobra importancia en la medida que posibilita el pleno desarrollo de la multidimensionalidad de los seres humanos. Por lo cual se puede decir que la Actividad Física es inherente en los seres Humanos y es un medio por la cual el ser desarrolla sus capacidades de diversas maneras y fines.

### **5.2.3 Capacidades Perceptivas**

A partir del foco humanístico que propone la Motricidad Humana, al reconocer al ser humano como unidad compleja multidimensional, pone en reflexión las capacidades perceptivas motrices desde el paradigma de la psicomotricidad. Puesto que su esquema es la relación dicotómica cuerpo-psiquis.

Al asumir la corporeidad del sujeto en toda su multidimensionalidad, es entender que sus capacidades perceptivas no se remiten a lo meramente motor y cognición, sino que ellas son fundamentales para propiciar otros procesos que complementan el ser corpóreo desde su objetividad, subjetividad e intersubjetividad (con el otro) y su contexto de acción.

De éste modo el ser es corporeidad y se manifiesta mediante su motricidad que se hace presente por medio de acciones, fruto de unas capacidades que le permiten su crecimiento desde sus experiencias de vida consigo mismo, con los otros y su mundo.

Es a así como las capacidades perceptivas se consolidan en ser fundamentos básicos de la Motricidad Humana, como aquellas que posibilitan la vivencia del ser con su realidad y le permiten sentir, pensar, expresar, curiosar, crear, relacionarse, existir en su realidad sociocultural.

#### **5.2.3.1 Tonicidad**

Dentro de las capacidades perceptivas según Pedrino (2000, p.125) “la tonicidad se encuentra ubicada en la primera unidad funcional del cerebro, englobada dentro de las capacidades perceptivas (dimensión introyectiva) y que responden a la regulación tónica”, de esta manera refiere el autor que es un elemento específico de carácter principalmente instintivo.

Según el autor define la Tonicidad como un “hilo de electricidad que mantiene los músculos en un estado de excitación básico estable, con un mínimo de gasto energético y en disposición permanente de reaccionar a cualquier estímulo.”

Es decir mantiene predispuesto al ser corpóreo para cualquier acción que realiza.

Por su parte Castañer y Camerino citados por Pedrino (2000, p. 125), dicen que, “esta es el telón de fondo, siempre presente, que sustenta la coreografía del cuerpo”, en tal sentido representa la estructura que posibilita que el cuerpo mantenga su equilibrio en toda su dimensión compleja.

Al respecto Da Fonseca citado por Pedrino (2000), refiere que toda acción intencional parte de una tonicidad, que la sigue como una sombra, apoyándola e inhibiéndola, autorregulándola. También refiere el autor que la motricidad está compuesta por una serie de tonicidades, que posibilitan el equilibrio humano.

En tal sentido la tonicidad no debe abordarse desde el cuerpo- objeto, sino la tonicidad interviene en todas las dimensiones de la corporeidad en cada una de sus acciones que desempeñe con los demás y con su medio.

### **5.2.3.2 Respiración – Relajación**

La respiración y la relajación son dos capacidades que se complementan, es decir están íntimamente relacionadas.

Luria citado por López (2000), quien las engloba dentro de la primera unidad funcional del cerebro. Luria refiere que la tonicidad, la respiración y la relajación

no trabajan aisladamente. Se puede decir que se interrelacionan con todo el ser corpóreo.

Castañer y Camerino citados por López (2000, p. 163), denominan la respiración y la relajación “capacidades de mediación energética”, y que son imprescindibles para el funcionamiento del propio cuerpo y catalizadoras de las demás capacidades motrices, sean estas de tipo preceptivo, condicionales o sociomotriz”. Entonces se convierten en procesos claves que permiten el buen desempeño de nuestro ser corpóreo.

Estos mecanismos juegan papel importante en nuestra dimensión introyectiva relacionado con lo bio-energético-mecánico, al igual que el autocontrol, atención y coherencia personal. Por otro lado la dimensión proyectiva, es decir la mejora en las relaciones con los demás; y también con la dimensión extensiva, mejora la eficacia de las habilidades específicas.

### **5.2.3.3 Noción corpórea**

La noción de cuerpo, en la historia siempre ha sido un termino confuso y tratado por multitud de autores. Y en todas las teorías se parte del cuerpo como el medio que tenemos para relacionarnos con el mundo.

Según Acebo (2000, p. 188), dice “tal y como entendemos al ser humano de forma holística decimos que “noción del propio cuerpo” ha pasado a ser “noción corpórea” o lo que es lo mismo, la percepción de mi corporeidad, un cuerpo condicionado por todos los factores sociales, culturales, históricos, afectivos y ambientales que me hacen como persona”, en éste sentido hace referencia no sólo a un cuerpo físico, sino también de un cuerpo simbólico y consciente, lo que se denomina corporeidad.

Complementa diciendo el autor que dentro de la motricidad, la noción corpórea es una capacidad de dimensión introyectiva del ser humano, a partir de la cual se abre al mundo exterior.

En palabras del autor la noción corpórea supera las unidades funcionales de Luria, convirtiéndose en un pensamiento complejo superior (pensamiento crítico-creativo), esta es una capacidad que se desarrollara de forma independiente, ella nos indica en cada momento, el estado de nuestra corporeidad. Por lo que engloba la noción corporal y la participación de todas las capacidades de la motricidad.: lo afectivo, social, y lo cognitivo.

#### **5.2.3.4 Lateralidad**

La lateralidad a decir de Campo (2000, p.110) “es el predominio funcional de un lado del cuerpo, definido por la supremacía que un hemisferio cerebral ejerce sobre el otro, determinante para que el niño adquiriera una relación correcta con los objetos del mundo que lo rodea”. Es decir que la lateralidad es la discriminación que el niño y la niña hacen de su lado derecho e izquierdo de su corporeidad; esta se estructura en las relaciones que ellos tienen con otras personas y con las cosas.

Al respecto Kephart citado por la A.S.E.C.D. (2002, p.58), “supone que es la capacidad para coordinar un lado del cuerpo con el otro y para discriminar cognitivamente entre ambos”. Esta corresponde a la capacidad que tiene el sujeto de reconocer su dominancia segmentaría de su corporeidad, que le permite ubicarse en los distintos espacios, al igual que ubicar a sus semejantes y a los objetos.

Fernández y Pérez, la definen como “la predominancia de uno u otro de dos miembros u órganos simétricos, tales como una mano, un ojo, lo cual determina la existencia de los diestros y los zurdos, tanto manuales como oculares”. A esto se puede decir que el sujeto domina uno de sus órganos simétricos, es decir una mano sobre la otra, un pie sobre el otro, en concordancia con su lado dominante. La lateralidad se considera como la principal responsable de la capacidad de orientación en el espacio.

De éste modo una buena lateralización esta estrechamente relacionada con la noción corpórea, la espacialidad, y la temporalidad. Situadas según Luria citado por Acebo (2000, p.200) por la segunda unidad funciona, en el córtex cerebral, lóbulo parietal, lóbulo occipital y lóbulo temporal”.

La lateralidad está determinada por la dominancia hemisférica de su cerebro, ya que se encuentra dividido en dos hemisferios prácticamente simétricos en forma pero asimétricos en funcionalidad.

Da Fonseca citado por Acebo (2000, p. 200) dice que la “lateralidad comprende una concienciación integrada de la experiencia sensorial y motora, un mecanismo de orientación intracorporal (propioceptiva) y extracorporal (exteroceptivo)”, además de traducir según Acebo “la lateralidad traduce la capacidad de integración sensoriomotora de los lados del cuerpo, transformándose en una especie de radar endopsíquico de relación con y en el mundo exterior”

No sólo se remite al reconocimiento de los lados derecho e izquierdo, sino que va más allá de las vivencias experimentadas por mi corporeidad, es decir en lo que hacemos, pensamos, actuamos, sentimos etc.

La lateralidad define un tipo que es en si para cada individuo en su particularidad. De éste modo llamaremos diestros, si tiene un predominio lateral

derecho, tanto ojo, mano, pie, y oído. Será zurdo si en sus acciones va a dominar el costado izquierdo. En caso de que no presente una dominancia de un lado o del otro, utilizando miembros simétricos indistintamente, se le considerará como ambidiestro.

### **5.2.3.5 Espacialidad**

La espacialidad según Luria citado por Menduiña (2000), esta integrada está en la segunda unidad funcional, dentro del sistema perceptivo. Está situado en las regiones posteriores del córtex cerebral, donde se produce la percepción, análisis y almacenamiento de la información.

Para analizar el concepto de espacialidad es necesario abordar tres parámetros que lo conforman y dotan de significado.

La orientación espacial dice Castañer y Camerino citados por Menduiña (2000), “la entienden como la aptitud para mantener constante la posición del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio, como para situar esos objetos en función de la propia posición”. Así la persona es capaz de saber qué lugar ocupa en unas coordenadas espaciales y la relación que mantiene con los objetos incluidos en dicho espacio. La estructuración espacial: hace mención a la relación topográfica de los objetos. La organización espacial: refiere a la interrelación entre la orientación y la estructuración espacial; y la cual varía a lo largo de la vida de ser humano.

Por su parte Risco citado por Menduiña (2000), establece entre espacio físico y espacio vivenciado. “El primero sitúa al sujeto en el momento presente en el que se actualiza el desplazamiento corporal y de donde surge la necesidad de saber orientarse debidamente por establecer una eficaz relación con el mundo



exterior de seres y objetos”. Éste espacio está determinado por la orientación corporal.

El espacio vivenciado dice el autor se representa por los distintos espacios en los cuales la persona se mueve intencionalmente, donde se proyecta su vida relacional y colectiva. Éste espacio es el reflejo de la vida personal del sujeto puesto que lo conquista de acuerdo a su visión de vida. En palabras del autor dice en éste espacio es en que el sujeto desarrolla su motricidad.

Se debe entender que el concepto de espacio no hace referencia a algo estático, menos aún, cuando se desarrolla en un espacio donde se aborda la motricidad. Es decir que hay que jugar con el espacio en las aulas, convirtiéndolo en espacios vivos y dinámicos, que estimule los procesos de percepción y análisis de los educandos.

### **5.2.3.6 Temporalidad**

Esta según Menduiña (2000) está ubicada en la segunda unidad funcional de Luria, que refiere a la unidad de recepción, análisis, almacenamiento y procesamiento de la información.

En la percepción del tiempo, tiene fundamental importancia el oído y sentido cinestésico. Éste según el autor nos permite apreciar el tiempo, la sucesión, el ritmo y su medida. La cenestésica puede proporcionarnos una indicación valedera de la duración y, en menor medida, intervendrán los sentidos de la vista y el tacto.

Se puede comprender que la temporalidad es imprescindible para la comprensión de todos los procesos de información, ya sea sensorial, simbólica o cognitiva.

Existen unos componentes inmersos en la organización temporal según el autor, estos son orden y duración. Que estos componentes son reunidos por el ritmo. El orden es la clasificación de una sucesión de acontecimientos entre unos puntos de referencia, mientras que la duración permite la medida del intervalo que separa dos puntos de referencia (unidades cronométricas).

Risco citado por Menduiña (2000, p. 227), defiende

La diferenciación entre tiempo vivido y tiempo objetivo, siendo el primero característico de cada viviente; el tiempo personal, subjetivo, que como estructura ordenada, se va organizando progresivamente desde el momento en que aparece la memoria y cuando los acontecimientos del diario vivir, al dejar su huella en la vida de cada sujeto van determinando una ritmización temporal de actitudes, expectativas, deseos y exigencias.

Y el tiempo objetivo se limita al periodo de duración en que se lleva a cabo una acción cualquiera.

### **5.2.3.7 Ritmo**

Menduiña (2000), parte de la perspectiva de que toda acción tiene ritmo, si se ejecuta de acuerdo con él conseguiremos una mejor coordinación y aprendizaje. La relación ritmo-acción nos permite expresar el ritmo en la actividad y nos facilita el gesto por el ritmo. Es decir nos encontramos en alternancia de esfuerzos y relajación.

En tal sentido según el autor el ritmo es inherente a cada uno de los movimientos que hacemos, tanto voluntarios como involuntarios. Pero no sólo los ritmos intrínsecos de los sujetos cuentan, sino también los ritmos extrínsecos desde el ámbito de la motricidad humana, como (día-noche, horario de comidas). El ser humano es un compendio de ritmos; pero el ritmo no sólo se circunscribe al respecto de tareas motrices; si tenemos en cuenta un conjunto de personas que interactúan, mediante acciones motricias, para conseguir un

bien común, deben construir una base de ritmo colectivo que les permita entenderse entre ellos y adaptarse a la circunstancias en las que se desarrolla su acción.

#### **5.2.3.8 Equilibrio**

Soutullo (2000), plantea que el equilibrio es una capacidad perceptiva específica de la motricidad. Que está incluida en la primera unidad funcional del modelo de Luria, junto con la respiración, relajación y tonicidad. Está ubicada dentro de la dimensión introyectiva.

Para Castañer y Camerino (1991), es “la capacidad de controlar el propio cuerpo en el espacio y de recuperar la correcta postura tras la intervención de un factor desequilibrante”.

Vayer citado por Soutullo (2000), lo define como “el conjunto de reacciones del sujeto a la gravedad, es decir, su adaptación a las necesidades de la bipedestación y a los desplazamientos en posición erecta”. En tal sentido los autores plantean el equilibrio como un proceso que permite al ser humano tomar posturas frente a diferentes factores desequilibrantes.

Al respecto Soutullo (2000) citando a Da Fonseca, dice, “la equilibración reúne un conjunto de actitudes estáticas y dinámicas, que se basan en el control postural y el desarrollo de las adquisiciones de locomoción”. Es decir que el equilibrio se mueve por causas estáticas y dinámicas dentro de las acciones del sujeto.

Castañer y Camerino citados por Soutullo (2000), distinguen tres tipos de equilibrio:

- ❖ Equilibrio reflejo: aquel que se da en una acción refleja ante un desequilibrio inesperado.

- ❖ Equilibrio automático: hacen referencia a movimientos utilitarios automatizados en la vida diaria.
- ❖ Equilibrio voluntario: aplicado a la acción motricia programada.

Los mismos autores hacen una distinción entre dos formulas básicas de equilibrio, el equilibrio estático y dinámico.

- ❖ Equilibrio estático: se trata de conseguir o mantener una postura estática venciendo fuerzas externas (gravedad, fuerzas aplicadas por otros individuos, por inclemencias de la naturaleza).
- ❖ Equilibrio dinámico: refiere a una reequilibración, consecuencia del desequilibrio por el desplazamiento de la proyección del centro de gravedad fuera de base de sustentación.

El equilibrio es un proceso que debe superar el aspecto motor y trascender a otras dimensiones del ser corpóreo, relacionándolo con la manera de pensar, sentir, actuar, expresar que tiene el ser corporeidad.

### **5.2.3.9 Coordinación**

Pedriño (2000), habla de una praxia o coordinación global que según Luria se encuentra en la tercera unidad funcional del cerebro. De esta manera la coordinación es el fruto de la interacción e integración de la primera y segunda unidad funcional de Luria.

La coordinación según Da Fonseca citado por Pedriño (2000), tiene una función fundamental que implica la organización de la actividad consciente y su programación, regulación y verificación.

Castañer y Camerino (1991) la definen la coordinación como la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria, según la idea motriz prefijada.

La coordinación no sólo es el objeto visible de los diferentes segmentos corporales que se accionan con una finalidad concreta, sino que lleva implícitos

niveles jerárquicos de la motricidad, es decir todas la demás capacidades del ser corpóreo.

De esta forma según vamos creciendo y conociendo cada vez mas nuestra corporeidad, vamos alcanzando un mayor desarrollo de nuestra coordinación, con el fin de alcanzar nuestras metas de manera armónica e equilibrada.

También refiere Pedrino (2000, p. 236) “pero no sólo se coordina nuestra corporeidad, sino que nos coordinamos con otras corporeidades (personas) y objetos. Y el universo como un sistema armónico, se le podría considerar como el ente conocido universalmente coordinado”.

Tipos de coordinación según Castañer y Camerino (1993) citados por el mismo autor:

Coordinación dinámica general: Es el dominio de la mecánica total del cuerpo que nos permite dar respuestas correctas a aquellas tareas que implican una variación de la posición en el espacio de nuestro cuerpo, y en la cual intervienen la totalidad o casi la totalidad de los segmentos corporales, sin que, por lo general, los segmentos homólogos realicen acciones muy diferenciadas. Éste tipo de coordinación se ve mejorado, fundamentalmente, mediante la práctica de desplazamientos, saltos y giros.

Dentro de esta coordinación, la coordinación locomotriz es aquella que consiste en el dominio de la mecánica global de nuestro cuerpo cuando se está desplazando.

Coordinación dinámica específica: Es el dominio de la mecánica total del cuerpo que nos permite dar respuestas correctas a aquellas tareas que implican

manejo de objetos y en las que determinados segmentos homólogos suelen realizar tareas diferenciadas. En éste tipo de coordinación juega un papel de gran importancia la percepción espaciotemporal del objeto en movimiento o del espacio por el que queremos manipular el objeto.

La coordinación está inmersa en el ser corpóreo en todas sus dimensiones, no quedándose en lo motor meramente, sino también en las demás manifestaciones dadas con su ser mismo, el otro y el mundo.

## 6. CAMINO PEDAGÓGICO

El camino pedagógico se enmarca desde la Motricidad como Capacidad Humana que se hace crítica al hacer la ruptura de las dualidades del ser humano, como cuerpo-mente, cuerpo-psiquis, movimiento-motor-mecánico, sujeto-objeto. Que en palabras de Jaramillo y Yanza (2006, p. 1), mencionan que,

La Motricidad, como capacidad humana, es la propia manifestación de la vida humana en sus distintos modos de expresarse e impresionarse en ese diálogo yo-otro-cosmos. Su *intención* es el desarrollo de la toma de conciencia desde la vivencia (contacto sensorial con la realidad) y su *fin* o *propósito* es el desarrollo humano de cara a la trascendencia.

Por lo cual se puede decir que se consolida como acción pedagógica que reflexiona al sujeto como unidad humana multidimensional. De tal modo el ser humano no se fragmenta en su realidad histórico-cultural, sino que desde la acción-intención se redimensiona su esencia holística. Así, se trasciende a lo meramente instrumental de sujeto, explorando sus diversas realidades humanas donde fluyen complejos pensamientos, sentimientos, saberes, relaciones, que convierten al sujeto en ser único, pero que lo es en la medida de su relación con el colectivo de sus semejantes y el mundo.

## **6.1 Abordaje del Camino**

El desarrollo de la acción pedagógica planteada se orienta desde diversas miradas pedagógicas, según las necesidades del contexto y la puesta en situación de los actores pedagógicos, al facilitar un amplio manejo de posibilidades que permitan enriquecer las prácticas y de esta forma contribuir con la formación de los estudiantes, apoyados por estilos de enseñanza que permitan la participación, la resolución de problemas, el descubrimiento, la enseñanza recíproca y favorezcan la exploración y creatividad de los estudiantes.

En este sentido se apoya en el modelo pedagógico integrado o emergente propuesto para la Educación Física por Camacho (2003). Al igual que Freire con su postulado de una educación dialógica. Estos referentes son postulados de la pedagogía activa y crítica. Donde el estudiante es el centro principal, como ser Humano crítico, creativo, que no solo es un receptor, sino que lleva en sí experiencias previas que son fundamentales en el proceso pedagógico.

Recurre a unos estilos de enseñanza creativos y participativos como los siguientes: descubrimiento guiado, resolución de problemas, enseñanza recíproca entre otras, los cuales servirán de herramientas para un buen desarrollo del curso.

Estos son procesos más flexibles y deberán adaptarse a las necesidades de utilización de acuerdo a las sesiones, sin embargo existirán momentos en que se aborde la asignación de tareas (ejercicios y actividades específicas, talleres, tareas claras), mando directo, libre exploración (juegos, ejercicios, caminatas, encuentros relacionales, expresión).

De esta manera el desarrollo del curso giró entorno a los anteriores elementos, que posibilitaron que los estudiantes potenciaron sus capacidades y asumieran el rol de personas autónomas, críticas, y transformadores de sus procesos formativos en un contexto determinado.

## **7. Criterios de Evaluación**

La evaluación se dio como un proceso holístico, que permitió el abordaje del ser humano es su esencia compleja de su ser cuerpo-corporeidad; es decir partió de los posibles del ser humano como sujeto que se construye y reconstruye el juego de tensiones de acciones objetivas y subjetivas que adquiere en su estar siendo en el mundo-su experiencia de vida. Por ello, en esta práctica pedagógica la evaluación es un proceso continuo de las diversas acciones humanas que experimentan los educandos en su paso por las relaciones de enseñanza-aprendizaje en el área de la Actividad Física.

Aquí, la evaluación es un proceso continuo de recolección de información mediante diversos mecanismos, para posteriormente dar un juicio que surgió desde la naturaleza de la información objetiva y subjetiva. En este sentido se tuvo que dentro de las estrategias que surgieron durante el proceso de la práctica pedagógica este proceso fue abierto a los posibles, dependiendo del desarrollo de las sesiones de trabajo y la puesta en situación de sus actores pedagógicos-educandos-educador.

### **De lo anterior se tiene en cuenta:**

- 1 Trabajo personal y en equipo, capacidad propositiva y creadora.
2. Comprensión, análisis, interpretación de la experiencias compartidas en la sesiones de clase. Propositito frente a la solución a problemas.



3. La asistencia, participación, responsabilidad en las actividades, dentro y fuera del aula frente a las temáticas. Respeto por sí mismo y los demás, el liderazgo que genere el crecimiento del grupo de manera proactiva en busca del mejoramiento de la calidad de vida; introyección de principios reguladores de la norma, criticidad y reflexión ante el saber, los sucesos y sus actos.

4. Búsqueda creativa de solución de problemas, autonomía en el desarrollo de propuestas imaginativas, posturas estéticas ante sus creaciones personales y colectivas.

5. Iniciativa: En todas las actividades a trabajar, como son las clases cotidianas; proyectos de clase, propuestas innovadoras, y demás actividades cívicas, lúdicas, deportivas y culturales que se realicen en la modalidad deportiva y en el Programa Actividad Física Formativa

## **ANEXO: 2. Horario de Actividades.**

A continuación se presenta un horario de permanencia, con las actividades que se realizan en el Programa Actividad Física Formativa.

UNIVERSIDAD DEL CAUCA  
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA  
HORARIO DE PERMANENCIA  
I PERIODO 2006

COORDINADORA: LC. LIZZETH TORREZ  
ORIENTADOR: WILMAR ORDÓÑEZ BASTIDAS

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
7-9 AM						<b>TAEKWONDO CDU (clase)</b>
9-11 AM			<b>ATENCIÓN A ESTUDIANTES</b>		<b>FUNCIONES ADMINISTRATIVAS</b>	
11-1 AM						
2-4 PM			<b>PREPARACIÓN CLASE</b>		<b>TAEKWONDO CDU (clase)</b>	
4-6 PM		<b>REUNION ACTIVIDAD FISICA</b>				
6-8 PM						

### **ANEXO: 3. Protocolo**

UNIVERSIDAD DEL CAUCA  
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE  
PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA

PASANTIA SOBRE: CONSCIENCIA CORPÓREA.

#### **PROTOCOLO SOBRE LA CLASE No 6**

FECHA: 11-19-05

MODALIDAD: TAEKWONDO

HORARIO: SABADO 7 - 9am.

PROFESOR: Wilmar Ordóñez Bastidas.  
Ordóñez B.

PROTOCOLANTE: Wilmar

LUGAR DE LA CLASE: Salón de Judo centro Deportivo Tulcán.

PARTICIPANTES: asistieron seis estudiantes de los cuales cuatro son hombres y dos mujeres, una de ellas está recuperando clases.

TEMA: JUGUEMOS A LAS ESPADAS  
Técnica de patada dolió y nerio chagui.

#### **INTRODUCCIÓN**

La clase pone en juego diversos elementos que propenden para que los educandos exploren y vivencien nuevas formas de ser y estar en el mundo, posibilitando el reencuentro de un sinnúmero de manifestaciones que los harán encontrarse con su realidad corpórea.

De esta manera las actividades lúdicas, la expresión, son mediadores para propiciar el reconocimiento de un sujeto que es creativo, que explora su imaginación y del mismo modo ponerse en dialogo con los otros y su medio.

En tal sentido los educandos se relacionan entre si, juegan con su cuerpo, con el del otro, con el espacio y objetos, tornándose situaciones de confianza consigo mismo y los demás, es un juego entre intercorporeidades, donde se generan situaciones de crecimiento para las personas comprometidas en las practicas.

❖ Textos de referenciales:

Fundamentos motricidad humana

❖ Noción de lo que se pretende con el tema:

Que los educandos exploren su ser corpóreo desde la expresión y de esta manera vivenciar su corporeidad desde el reconocimiento personal, al igual que entrar en un dialogo con los otros en relación con el entorno.

## **1. DESCRIPCIÓN DE LA CLASE:**

La clase cuenta con una serie de actividades las cuales tienen unos momentos para su desarrollo; así en su recorrido tenemos: en primera instancia un juego, para integrar y activar el grupo para la clase, movimientos de forma general de las articulaciones, ejercicios de coordinación dinámica general y posteriormente estiramiento muscular.

En segunda instancia se ubican en parejas sobre el espacio, uno cumple el rol de escultor y el otro lo hace escultura; el escultor debe darle forma a su escultura, cambiando de siempre de posiciones; tiene para trabajar, desde el piso, zona media y zona alta con referencia del cuerpo.

Ahora como el anterior pero agregamos un objeto “bastón de escoba” para complementar nuestra obra de arte. También se trabaja con todo el grupo.

Cada estudiante ahora con un bastón debe llevarlo por el espacio, explorándolo, buscando cosas que pueda hacer con él. Posteriormente se convierte a su espada y debe jugar con ella por el espacio de manera individual, y lo hace también con la articulación de las técnicas de patada ya vistas.

Igual que el anterior pero ahora en parejas comienzan a tener un juego de combate entre ellos, control de las espadas, cambiando ritmos, es decir se trabaja lento y buscando la exageración de los movimientos. Y van formando una especie de esquema de combate entre las espadas y coordinando y llevando el ritmo de las acciones.

Ahora el juego lo hace todo el grupo, es decir todos simulan atacar a un compañero y el debe defenderse, pero lo hacen de manera suave sin irse a hacer daño.

Posteriormente se hacen ejercicios de fortalecimiento, sentadilla, tijera, coordinación con el bastón, articulando las técnicas de patada dolió chagui y nerio chagui.

Posteriormente trabajo abdominales, lumbares y estiramiento de manera libre.

## **2. DESARROLLO DE LAS IDEAS:**

Amanece lloviendo, me pregunto si los estudiantes van a clase o no, y también que el lugar de la clase se presentan unas goteras, lo cual a veces dificulta la realización de la misma. Al llegar al escenario hay dos estudiantes uno que por lo general siempre llega temprano, les pregunto cómo están... sobre sus clases... responden bien pero con mucho estudio...nos dirigimos al dojo,

esperamos unos instantes mientras llegan mas compañeros, así llegan seis educandos.

Se empieza a hacer predisposición al esfuerzo, con movilidad articular con cambios de ritmo, esta se hace desde los tobillos hasta llegar a la cabeza, posteriormente se orientan ejercicios de coordinación con cambios de ritmo y mas por el frió que hace usualmente en la mañana, se observa dificultad en algunos para ejecutarlos y sugiero que lo hagan suave, de éste modo se posibilita que trabajen con su propio ritmo y también que hay una estudiante con hipoglicemia con la cual tengo mucho cuidado; también se nota en ellos un poco de cansancio, pues se podría decir que poco o nada hacen actividad física.

Les oriento también sobre lo fundamental de hacer una buena respiración que evitara que se fatiguen rápidamente y posteriormente los dejo, libres para que realicen su propio estiramiento muscular.

Después se propone un juego que estaba como una primera actividad y que se cambió, y además el juego en si también cambió “cuantas veces toco la rodilla de mi compañero, el hombro, ambos y cambiando de compañero”, el cual resulta positivo para liberar tensiones e integrar mas al grupo y conectar con el resto de actividades; luego se ubican en parejas uno debe hacer de escultor y el otro de escultura, deben darle formas, posiciones, deben tocarlo y moldearlo de tal modo que consiga una obra de arte, cambia de posibilidades y se hace el cambio de roles; luego se les dio un bastón como herramienta para complementar la escultura, también se trabaja en grupo cada uno hace una obra de arte con sus compañeros, esta actividades se desarrollaron armónicamente, se notaba el gusto que los educandos tenían cuando las hacían, se reían, manipulaban a su compañero(a), el no podía hablar puesto

que era la escultura, hubo mucha creación, espontaneidad, dificultad, diversión en las mismas, cooperación entre los compañeros, interés y se observaban motivados.

Cada uno con el bastón lo lleva libremente, buscan así diversas formas de llevarlo, luego se les orienta que están en un combate con alguien y que es una espada y que exploren a través del espacio el estar peleando, se agrega que lo hagan en cámara lenta, que controlen su cuerpo, que lo hagan de manera exagerada, en tal sentido para que adquiriera mas nociones de su ser corpóreo, e igualmente en parejas y en grupo.

### **3. REFLEXION DEL PROFESOR:**

#### **Sobre la orientación del proceso de la clase:**

La orientación de la clase se produjo en un ambiente de participación activa, con variantes en los juegos puesto que el que estaba planteado en el preparador clase no se pudo realizar, porque no había un buen número de educandos.

En general no hubo dificultades y se desarrollaron las actividades que se tenían previstas, los educandos respondieron activamente y de esta forma paso sin contratiempo alguno.

#### **Sobre lo sucedido en la clase:**

Pienso que fue una buena experiencia pues propendió por facilitar un espacio de encuentros armónicos ente los actores, en éste caso los educandos y orientador; decir que el desarrollo fue interesante y provechoso, pues además de ser un espacio de aprendizaje, pues lo supera y va mas allá, propiciando el intercambio de diversas manifestaciones tanto individuales y colectivas que van en beneficio de la formación de los educandos, y en tal sentido facilitar la toma

de consciencia de sus múltiples expresiones que como ser humano lleva inmerso. Se generó un flujo de comunicaciones entre los educandos, tales como lenguajes verbales y no verbales, emociones, intercambios de subjetividades los cuales ponen en retroalimentación a los educandos con su medio de interacción.

#### **4. REFLEXION INTROYECTIVA DE LAS Y LOS ESTUDIANTES SOBRE LA CLASE:**

##### **Reflexión general:**

**()**. La clase comenzó con un calentamiento, luego estiramiento, de allí comenzamos unos ejercicios de habilidad en el movimiento, en cuales trabajamos rapidez y reflejos. Hicimos de esculturas o mejor moldes en los cuales nuestros compañeros hacían con nosotros esculturas, en lo cual utilizamos nuestra imaginación, creatividad e ingenio, para terminar hicimos unos simulacros de peleas.

**+**. Trabajar un poco más los ejercicios de equilibrio.

**<**. La integración siempre es fundamental para realizar cualquier ejercicio o proyecto de grupo, aunque la asistencia es relativa a los percances de cada persona y el interés que cada uno tenga a ella, los compañeros estuvieron dispuestos a todas las instrucciones de la clase, hoy termina la clase con una enseñanza para cada uno.

**b**. Quisiera que entráramos un poco mas en el combate cuerpo a cuerpo utilizando las técnicas vistas.

**\***. Me pareció muy interesante, ya que continuo con un proceso que se está siguiendo en la clase.

**x**. En la clase de hoy vimos una vez mas las posibilidades que hay en cuanto al manejo de nuestro cuerpo ésta vez con el implemento o herramienta “palo” o “bastón”.

##### **Análisis:**



Las percepciones a nivel general muestran elementos que tocan a los educandos en su ser mismo, el otro y los fenómenos vivenciados; de tal manera que la experiencia causa reacciones que de una u otra forma impacta en las nociones de sujeto y de mundo que tienen los educandos.

### **¿Que dinámica se generó?**

**()**. Esculturas: hicimos de escultura y de escultores, peleas, simulacros de luchas, además muchos movimientos de rapidez y destreza. Vimos habilidad mental y corporal.

**+**. Reconocer al oponente como un riesgo, donde se reacciona en diferentes ejercicios para alcanzar una meta un logro bien sea tocar una rodilla o un hombro.. Desarrollo de compañerismo y amistad como un vínculo de formación integral.

**<**. El trabajo en pareja y en grupo en general ayudó acrecentar las bases de unión, de compañerismo de conocer nuestras habilidades y debilidades, la entrega para que todo lo programado en el día salga lo mejor posible.

**b**. La dinámica que se generó fue de grupo interiorizando más en el contacto físico entre los compañeros, lo que nos une un poco más y permite disfrutar la clase.

**\***. Una dinámica de grupos, ya que todos trabajamos para aprender un poco más.

**x**. Hubo muchas dinámicas, inicialmente con un calentamiento, luego las posibilidades de crear una escultura con nuestro compañero, por último el dominio de nuestro cuerpo jugando con el bastón.

### **Análisis:**

La relación con el otro es lo relevante dentro de la dinámica que se generó en la clase, relaciones de empatía, de coalición, de un buscar en el otro lo que el yo es, como las situaciones compartidas generan procesos de integración entre las personas, y como la vivencia de dichos fenómenos les permite explorar su ser inacabado, que es inconcluso por naturaleza. En tal sentido propiciar la consciencia de los educandos es guiarlos en la búsqueda de su ser inconcluso y por ende reconocerse como tal.

### **Lo que sintieron:**

**()**. En el combate de simulacro me sentí temerosa.

+.  
Alegría y gozo de las artes marciales.

<. Se sintió en los calentamientos dolor, cansancio, pero cuando uno deja de hacer ejercicio es normal, después ni se sienten los ejercicios.

b. Estimulo y gozo.

x. En términos generales muy bien.

### **Análisis:**

A manera general es positivo el “sentirse bien”, donde manifestaciones de alegría, gozo, dejan ver que se sintieron a gusto con las actividades de la clase; pero también se generaron sentimientos de temor y desconfianza en algunas situaciones vividas, esto indica que para algunos la percepción de cada actividad es distinta, siendo importante en el descubrimiento de los opuestos, en otras palabras el educando vivencia sensaciones positivas y negativas de acuerdo a las situaciones exploradas. En tal sentido se entiende al ser humano como persona que ríe, llora, que es débil, pero que también es fuerte, que se cansa, pero que también siente energía; así en el marco de su complejidad como sujeto.

### **¿Por qué?:**

()  
Porque pensaba que mis compañeros me golpeaban, sentí desconfianza. Haciendo la escultura me sentí muy bien pues se desarrolla mucho la habilidad mental.

b. Porque la dinámica trabajada es divertida.

x. Porque conocí en primer lugar a nuevas personas dado que éste no es mi horario habitual, segundo porque jugamos con nuestros compañeros básicamente en el esquivar de toques implementando nuestra agilidad y rapidez.

### **Análisis:**

Como se dijo anteriormente ese sentirse bien está estrechamente relacionado con los fenómenos vividos en la clase y de tal modo se da por parte de ellos

dichas apreciaciones de cómo les impactó determinada situación. De esta manera lo hace un sentirse más humano; el darse cuenta de sus sentimientos los conlleva a reflexionar sobre su inconclusión como personas humanas que son.

**Que fue lo que más les llamó la atención:**

**().** Hacer de escultura ya que mi compañero hacía de mí una figura representativa. Me divertí mucho.

**+**. El manejo combinado de los ejercicios y armas (palo) donde interactúan un conjunto de referencias para modificar el entorno y conducta ante un nuevo ejercicio.

**<**. La creación de obras de arte con el cuerpo, y las luchas con los palitos ya que para coordinar es un proceso de trabajo en equipo.

**b.** El trabajo de moldear los movimientos del otro compañero a sea cuando imitamos aquel juego de niños en que uno de los dos se quedaba inmóvil (estatua) en la posición que quedara y a voluntad propia.

**\***. Me llamó la atención cuando tuvimos que hacer la escultura grupal.

**x.** La verdad todo me llamó la atención la clase fue muy lucrativa en el conocimiento corporal de nosotros.

**Análisis:**

El juego de la escultura se presenta como una de actividades que más llamó la atención en los educandos, pues fue un mecanismo facilitador de relaciones con el grupo, donde se puede apreciar lo agradable y lo que dejó explorar de cada estudiante implicado en la acción.

Un estudiante encuentra más valor de sí mismo, cuando su compañero le daba distintas formas; se puede decir que a través de éste juego se asumió como alguien con mucho valor y que se define como ser con múltiples posibilidades.

Otro estudiante tuvo la percepción de que se produjo la relación de muchos elementos entorno a la vivencia del proceso, es decir captó otras sensaciones,

las cuales se articulaban para permitirle vivir y darse cuenta de nuevas impresiones de si mismo, del otro y de su entorno.

El crear formas los pone en búsqueda de su imaginación, es hallarse viajando en sí mismos para consolidar una meta, en éste caso el hacer una obra de arte con sus compañeros, es sumergirse en el encuentro de otras dimensiones no experimentadas. De igual modo el encontrarse con el otro, reconocer al otro, tocarlo, propiciando estados de aceptación, de confianza, de verse reflejado en el otro como persona única, que es diversa y diferente a los demás, por ende deben entrar en espacios de negociación para la construcción de procesos que los conlleven a vivir mas humanamente en el mundo.

**Que encontraron de nuevo:**

**()**. Descubrí con la escultura que podía confiar en alguien, pero en la lucha no confiaba.

**+**. No respondió...

**<**. Que hay muchas formas de equilibrar el cuerpo y la mente y depende de la disposición y entusiasmo porque todos podemos por igual.

**b**. La interacción entre humanos nos permite establecer relaciones armónicas y de equilibrio.

**\***. Las habilidades que muchos de nosotros tenemos.

**x**. Valoré un poco mas las películas orientales y a sus artistas dado que estas presentan una formación de muchos años en cuanto a la agilidad y velocidad.

**Análisis:**

El estar en medio de los opuestos nos permiten ver una tensión que surge dentro del proceso, es notar que el sujeto se mueve dinámicamente en medio de estos y por supuesto reconociéndose mas humano, es decir que no todo debe ser positivo para el ser, sino también debe haber situaciones negativas y

de esta forma se complementa el ser corpóreo; esto por lo expresado por un estudiante, cuando siente confianza y desconfianza teniendo en cuenta la situación vivenciada por él. En éste sentido decir que se debe hallar las tensiones en el vivir en el mundo, pues el ser es un todo que se raciona pero que hay que buscar el equilibrio entre la suma de las partes.

También decir que esta sesión no sólo queda en lo meramente motor, es decir los ejercicios de coordinación, equilibrio, ritmo, control de la respiración, son llevados a otras dimensiones del ser, a decir de las relaciones armónicas y equilibradas entre las personas.

### **¿Que utilidad encontramos a lo visto en clase?**

**()**. Que puedo desarrollar mi imaginación y debo confiar más en mí y en las personas.

**<**. Lo de que hay distintas formas de realizar actividades en nuestra vida cotidiana nosotros almodamos los momentos y los espacios según nuestra conveniencia, sin dañar a los demás. En nuestra vida diaria, a veces es nuestra responsabilidad dirigir un grupo o proyecto, y de nuestro empeño depende que salga a delante.

**x**. Descubrí que la utilidad que le doy es en mi trayecto de docente el control y múltiples utilidades en cuanto a la integración de un grupo y la autoconfianza y autocontrol de nuestro cuerpo.

### **Análisis:**

En tal sentido la utilidad que los educandos le encuentran a lo visto en clase, lo relacionan con su vivir diario, en la forma de ser y estar en el mundo; en el descubrir sus capacidades, construir sus proyectos de vida, en generar relaciones de crecimiento con las demás personas, sin entrar hacerles daño, también en reconstruir su espacio de interacción; de éste modo se van asumiendo como personas inacabadas y se torna un proceso de ese ser consciente de su naturaleza inacabada, como personas de cambios, como un ser curioso y propiciador de vida.

Decir que para los educandos las vivencias son de trascendencia, en otras palabras de gran significado y reflexión, puesto que les sirve para su crecimiento de si mismo, al igual que con el otro y su medio sociocultural.

##### **5. REFLEXION COLECTIVA SOBRE LA CLASE:** (Estudiantes-orientador).

Dentro de las intervenciones se escucha decir “vacano el trabajo de las estatuas”, también en el entrar en “contacto” con los demás para realizar las actividades; se escucha el “poder”, como ser capaz de hacer las cosas y no que se las den condicionadas. Fue una clase “diferente”, donde los diversos elementos facilitaran la libre exploración de los sujetos.

La “responsabilidad” del grupo, puesto que sin ello la clase no hubiese tenido un buen desarrollo, es decir la actitud de interesarse, por vivir las experiencias; se propicio el desarrollo de “confianza”, se puede decir que tanto individual como colectiva, lo cual es importante para el desarrollo del curso. Se generó un trato o acercamiento de “iguales” entre hombres y mujeres, es decir como personas y no haciendo la discriminación de genero.

Que hay un “compromiso” de cada uno para hacer parte de la clase, entonces cada uno tiene la libertad de tomar o no lo vivido en el proceso. Que hay un “gusto”, por las actividades, es decir que son de mucho agrado y satisfacción para los educandos.

Se debe “trabajar un poco mas fortalecimiento piernas”, en tal sentido es el darse cuenta de la las debilidades de nuestra dimensión física y que se debe mejorar para su propio bienestar corpóreo.

Se trabajo la “agilidad” y no “es fácil”, es decir que los educandos tuvieron dificultades para desenvolverse armónicamente en las distintas acciones. Se entra “valorar” la disciplina puesto que se reflexiona que es compleja su practica. Surge el “control”, tanto de si mismo, (autocontrol) como en el estar trabajando de forma grupal.

Se experimento “posibilidades de nuevas cosas”, en tal sentido decir que se captó nuevas sensaciones y que permite autodescubrirse desde la vivencia de un fenómeno intencional. Manipular a los otros corporalmente, y reconocer sus fortalezas mentales, debilidades, destrezas, autocontrol, analizar a los otros.

## **6. CONCLUSIONES PARCIALES:**

Se puede expresar que la clase tuvo éxito en el desarrollo de las diversas ideas que se propusieron, anotar la buena predisposición tanto de los educandos como del educador, pues de éste modo la clase se tornó en un espacio de múltiples encuentros de lenguajes entre los actores, enriqueciendo mas las experiencias de los participantes.

Los educandos vivenciaron otras sensaciones las cuales reestructuran en algo pequeño la noción de sujeto, y esto facilita su desenvolvimiento en su vida diaria. Es decir explorarse como sujeto de posibilidades y de búsqueda constante, en aras de que se asuma como persona en un mundo que necesita de sus cambios.

La clase fue un espacio de liberación para los educandos y orientador, donde hubo un ir y venir de sentimientos, de relaciones, de dificultades, de reflexiones en torno a las actividades, las cuales dan cuenta de lo complejo que es el ser humano, pero que actualmente está condicionado por un sistema que no lo deja ser si mismo, pero también ser el otro, y al mismo tiempo ser mundo.

El proceso de consciencia corpórea trabajado desde las capacidades perceptivas tienen gran relevancia entre los educandos pues no se quedan por decirlo así suspendidos en la clase, sino que lo proyectan para su vida, es decir con sentido de trascendencia para su proyecto de vida.

Algunos educandos comienzan hacer la relación entre mente y cuerpo, reflexionando sobre su integración y que les permite el ser y estar en el mundo. Por su parte otros hacen la distinción entre mente y cuerpo, lo cual es algo que se debe ir transformando de una manera progresiva e intencional.

## **7. ESTRATEGIAS A ADOPTAR PARA LA PROXIMA CLASE:**

Seguir por la senda de actividades similares las cuales muestran un buen desarrollo del proceso que se busca, con esta propuesta pedagógica, sin caer en los extremos de convertirse en actividades monótonas para los educandos y orientador.



#### **ANEXO: 4. SESIÓN GRUPO FOCAL**

**OBJETO DE INDAGACION:** LA CONSCIENCIA CORPÓREA DE LAS Y LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA.

**OBJETIVO:** GENERAR UN PROCESO DE SOCIALIZACIÓN DE LOS ACTORES DE LA EXPERIENCIA EN EL CURSO TAEKWONDO RE-CREATIVO PARA CAPTAR SUS PERCEPCIONES EN CUANTO A LOS FENOMENOS VIVENCIADOS.

**MODERADOR:** WILMAR ORDÓÑEZ BASTIDAS.

#### **PRIMERA SESIÓN.**

FECHA: 27 de junio de 2006

LUGAR: facultad de Educación

HORA: 9 – 11 AM

NUMERO DE PARTICIPANTES: 6

MODERADOR: Wilmar Ordóñez Bastidas.

**TEMÁTICA:** MANIFESTACIONES HUMANAS.

Subtemas:

Familiarización.

Comunicación - La expresión corpórea – relaciones – participaciones.

Motivaciones.

Actitudes.

Preguntas que guían la discusión.

**¿En las experiencias vividas en el curso Taekwondo re-Creativo cuáles expresiones verbales se manifestaron personal y colectivamente?**

En primera instancia las expresiones verbales son de manera personal pues depende del desenvolvimiento de cada persona, familia, y lo colectivo de lo realizado en determinado tema y del aporte para profundizar con las lecturas que llevaron las niñas, y es muy bueno por que estamos haciendo deporte y estamos reflexionando sobre algo de nuestro vivir.

En lo individual las expresiones fueron el saludo, el compañerismo, las manifestaciones verbales colectivas fueron de respeto, la solidaridad y eso por qué, porque se trató de un grupo muy activo, de pensamiento diverso, además por que se permitió y se forjaba la integración, no era simplemente el maestro ir y decir lo que había que hacer, si no que se animaba a discutir cosas y aspectos de la vida, y además el respetarse las cualidades o las formas de pensar de cada uno.

Las experiencias vividas fueron muy dinámicas pues las manifestaciones fueron verbales y físicas no-sólo lo referente al Taekwondo, sino discutir otros problemas, además en las clases nos divertimos mucho, discutiendo temas, nos ayudábamos entre compañeros, siempre era mas que todo hacer un colectivo, siempre hacer trabajo en grupo pues de eso dependía hacer un buen trabajo, otra parte que me gusto mucho fue que casi siempre en estos cursos yo veía que empezaban a dar lo que era el Taekwondo y en éste curso no ahí veíamos todo tipo de temas y siempre íbamos más allá.

Yo creo que la comunicación fue más o menos buena, hubo una buena comunicación cada cual fue desde su persona, ya que las actividades hacían mucho énfasis en trabajar en grupo, en que hubiera compañerismo, esto nos permitía que nosotros pudiéramos integrarnos con todo el grupo, a pesar de que había roscas, combos formados, yo creo que nadie era apático con otra persona, sino que podían comunicarse y expresarse sin esperar una burla o algo así, también está incluida la relación que se tenía entre el maestro y los alumno, no solamente era una persona que dictaba la clase y esperaba, sino que interactuaba y esto ayudaba y si, no solamente trataba el Taekwondo en si, sino que trataba aspectos que nos incluye como personas y nos da como una instrucción a lo que está pasando en el país, nuestra vida.

Ahí el ser docente, a los estudiantes se les manejó como adultos de acciones consecuentes, es el docente que es una persona que es un guía, que maneja su trabajo, que no abandona los objetivos desde el punto de vista del trabajo colectivo, me parece que la confianza es muy importante a nivel docente al dárselo a los estudiantes, lo mas importante es manejar esa confianza, que no se vuelva de pronto, que no se pierda el rol de profesor - estudiante, sino que se maneje para bien, y como decía un compañero, es muy satisfactorio trabajar con un grupo donde uno se pueda ver igual al otro y nadie se vea superior a otro, sino que somos personas iguales para aprender, inclusive, incluyendo también al docente, porque se ve así, personas y cuerpos, y el hecho de trabajar en grupo es muy importante para compartir, y para comprender desde todos los problemas que nosotros hacíamos y lo podíamos hacer mucho mejor cuando lo hacíamos en grupo, que cuando se hace de forma individual. Para mi es muy importante en la clase la reflexión, eso nos ayuda individualmente a saber o conocer la diversidad que tenemos cada uno de pertenecer a un grupo y hacer parte de ese para solucionar problemas mas fácil.

**¿Por qué?** Por lo mismo, siempre cuando se forma un nuevo grupo, siempre hay esa falta de disposición de las personas que son ese grupo de estudiantes por falta de confianza, uno siempre está apático hasta cierto punto y poco a poco se va graduando gracias a la disponibilidad del docente, porque él es el que rompe el hielo, él es el que va a permitir que el estudiante hable así no le guste pues se va ubicando y poco a poco uno va soltando, entonces por que se da?, por la confianza que uno va adquiriendo en el transcurso del tiempo a medida que uno se va conociendo mas con los compañeros desde las expresiones verbales uno se va manifestando con mas confianza pero siempre no tratar de salirse del enfoque, es lineal? Si, es bastante lineal, o sea, el hecho de que el enfoque es el mismo y la visión que tiene el marco es la misma,

hemmm, entonces si el docente tiene claro eso, los compañeros o los estudiantes lo van a hacer, como lo hacen? Pues cuando el tiempo va pasando, entonces, entre mas pasa más fluida va a ser la comunicación, es que el ser humano siempre llega a su punto social, o sea, es como dice el compañero, depende del tiempo, con respecto a lo que decía él, frente a lo lineal, si, no se pierde el objetivo pero es también flexible a la vez, por que en muchas clases se veía que íbamos a hacer algo y los mismos estudiantes hacían la clase y esto es una forma muy flexible de enseñar, o sea, ahí de pronto se puede confundir lo lineal con el objetivo del profesor y donde el quiere llevar el curso el siempre está claro, digamos que el no sea totalmente rígido y autoritario.

En cuanto al por que de las manifestaciones verbales, yo diría que estas son muy normales en los seres humanos, por que la naturaleza del ser humano es comunicarse y aprender parte de los demás, el ser humano es un ser cultural que necesita esto, de la comunicación de los demás, en cuanto en el ámbito individual, necesita de la vida de los demás, necesita aprender, necesita del ser capaz de defenderse de los problemas, y en cuanto al ser social también necesita de los compañeros, de su aprecio, su respeto sus cualidades, porque el ser humano nunca es independiente de su entorno social. Son porque digamos, en la clase ya está muy claro lo que se va a hacer entonces independiente de cómo hacer las cosas de acuerdo al objetivo de la clase, esto es muy importante lo que se va a hacer, pero es más importante que el maestro comunique a los estudiantes que quiere hacer.

**¿En las experiencias del curso Taekwondo re-Creativo cuáles expresiones no verbales se manifestaron personal y colectivamente?**

Yo creo que hay una diferencia enorme en lo que se piensa, lo que se dice y lo que se hace es otra cosa, pero en la hora de hacer algún ejercicio, por falta de

no coordinar de hacerlo mal decimos una cosa y hacemos otra, entonces ahí viene la pereza en las cosas, la falta de trabajo en conjunto, y eso se da porque esperamos una cosa recibimos otra, y esa es como la falta de compromiso con el trabajo y va a dañar el trabajo en grupo.

Yo creo que en primer lugar la costumbre que uno tiene hacia ciertas cosas, era más fácil hacer ciertos ejercicios físicos que cuando se hacían ejercicios mentales, ahí se manejaban ejercicios no verbales y no se está pensando... en los gestos físicos hay alegría concentración, o sea, es muy individual según lo que siente, por la variedad en los estados de ánimo, por que llegó enfermo, porque pasó algo o está bien... yo creo que a pesar de que las otras personas no opinen igual que uno siempre se tiene el respeto de la libre expresión, yo creo que todos pudieron mirar de una forma... en cuanto a las actividades de interés social que se hacían yo creo que todos estaban involucrados porque es algo que nos afecta a todos, a pesar de que se dijeran cosas, que expresaran enojos en su rostro, yo creo que eso en las actividades de interés social se podían hablar, yo creo que en las actividades de labor física se notó un poco más de pereza, no que qué jartera, que me va a costar trabajo y lo que cuesta trabajo no me gusta hacerlo, y siempre estamos con una mentalidad no pues si hay un trabajo venga yo lo hago y si no me gusta entonces no lo hago mas nunca se entiende que lo que nos cuesta trabajo es lo que verdaderamente vale, lo que no se puede hacer es por mentalidad, no es porque no se pueda hacer sino porque hay una psicosis de que yo estoy pensando de que yo no lo voy a hacer de que es muy duro, me cuesta trabajo y a veces estoy aquí por que toca.

Con respecto a las manifestaciones no verbales diría que había personas que venían por obligación mas no por formarse, una manifestación no verbal es los

simbolismos que manejaban ahí algunos, diría yo que cuando se lanzaban las patadas y los nombres de las patadas cada cual tenía su simbolismo.

A mi me parece que en general hubo como una disposición para hacer todas las actividades, que de pronto no todos estuvieron de la misma disposición, pero si me parece que en las actividades físicas y en las otras actividades siempre hubo como esa disposición de los que estábamos ahí, y esto a mí me parece que se da es por que hay buen ambiente en los compañeros y también con el profesor, o sea, como estar mas agrupados, de todas maneras así algunas no estuvieran de acuerdo con lo que se iba a hacer estaban dispuesto a hacerlo, yo resalto como esa expresión.

Con respecto a lo que dicen mis compañeros, también la motivación es muy importante eso ya es en forma personal, interés que uno le tenga a las cosas y al trabajo que esté realizando o que haya realizado el ambiente también juega un papel importante porque el trabajo es mejor, la expresión no verbal es personal porque así como vienen personas dispuestas a trabajar, vienen personas con pereza encima.

### **¿Qué diálogos e intercambios personales y colectivos se propiciaron en el transcurso del curso Taekwondo re-Creativo?**

Yo creo que los diálogos que se manifestaron fueron colectivos y personales, en cuanto a los colectivos están las charlas al final de clase discutíamos un tema, lo reflexionábamos en un dialogo colectivo y los diálogos personales serian cuando con el compañero teníamos que hacer un intercambio de algo, que era personal. Yo creo el hacer las lecturas al principio de la clase seria bueno por que se va a dirigir y no va a dejar un libre pensamiento, como para canalizar las cosas buenas seria bueno desde el principio.

Yo creo que a escala personal se vivieron diálogos de información, de preguntarle al otro que estudia, como te va, que hace, y en el ámbito de grupo yo considero tipos de dialogo, discusiones sobre algún tema, o las soluciones que uno hacia en grupo, como realizar algunas actividades o es muy lógico que entre los humanos tenga que haber intercambio de información para poder coordinar mejor las ideas y además como lo hemos dicho antes estaba propiciado el ambiente con mas facilidad.

Creo que quien interactuar con otra persona le queda más fácil interactuar ante el grupo, con lo que dice mi compañero anteriormente uno empieza con un dialogo y poco a poco uno va preguntando cosas, siempre que qué te parece tal cosa, si te gusta esto y esto te lleva a entablar relaciones y con respecto a lo colectivo si pues siempre se maneja la opinión, que piensa usted de esas cosas, mas que todo es opinión. Creo que todos en el ámbito personal intercambian aspectos de la vida personal, en cuanto a nivel colectivo es llevar, que se piensa a nivel grupal de determinado aspecto, que se opina, pero es un tema mas central con respecto a las actividades que se han manejado, yo pienso que los diálogos se platearon mas que todo colectivos, siempre se trata de manejar en términos colectivos y eso estoy de acuerdo con los compañeros respecto a las funciones, sin embargo yo creo que hay que manejar la estrategia como más especifica para que no suceda, que cuando se genere un dialogo colectivo, pero hay muchas personas que no participan, por que no les gusta o por que creen que no tiene la capacidad para hacerlo y todo éste tipo de situaciones, luego los diálogos colectivos se vuelven, hemm, caen en la trampa de que siempre hablan los mismos y las personas que nuca hablan pues sólo escuchan y no participan y hay que tratar de buscar la forma de que todo el mundo pueda hablar, se pueda expresar, como quiere y con respecto a lo individual eso depende mucho del interés que uno tenga, si yo quiero algo, y encuentro a alguien con ese mismo interés se va a generar empatía, pero es

complejísimo nosotros somos sociables pero a veces nos cuesta mucho llegar a la relación personal con alguien, y cuando en el grupo sólo son hombres y como difícil llegar a conversar es eso.

Que más se intercambia. Se intercambia muchos intereses, culturas, pensamientos, mitos, denuncias y esto generaban discusiones, pensamientos distintos, posiciones distintas, y él dialogo permitía eso; es interesante porque se intercambia mas de lo que uno no se esta de acuerdo que en lo que se esta de acuerdo, por que cuando uno esta de acuerdo con alguien se queda sin pero, pero cuando se esta en desacuerdo hay mucho mas por decir, o por confrontar lo que uno creé que no es verdad, también experiencias personales por que ahí se torna un dialogo con los demás pues, una amiga vio un amigo en mi, confió en mi, me contó cosas que ni a su familia le había contado entonces siempre se vio esa relación.

### **¿Qué diálogos e intercambios personales y colectivos se impidieron en el transcurso del curso Taekwondo re-Creativo?**

A mi me parece que los diálogos que se hallan impedido, bueno uno debe venir a clase y actuar de acuerdo a lo que se va a hacer, por decir algo venir a compartir cosas de la familia o cosas personales y no solamente una clase académica yo creo que por demás fue la falta de tiempo y que uno a veces quiere conversar mas con los amigos y los tiempos eran muy cortos pues a veces me pasaba que estaba dialogando con mi compañero y se llamaba pa otras actividades, entonces yo creo que los tiempos eran cortos.

Mas que todo había cosas que discutir pero el tiempo se vuelve corto, cuando uno tiene algo que decir, aportar, si a uno le interesa y tiene cosas siempre termina cortando por falta de tiempo y esta situaciones. Yo creo que también es



el interés de sí mismo par con la clase y también lo que más influyo fue el corto tiempo que impidió que se generaran todo los posibles diálogos que surgieran sobre las situaciones de clase.

Para complementar también algunas discusiones necesitaban de abordarse en otros contextos. Se impiden los diálogos sobre temas, puesto que la clase no era sólo eso sino que tenia parte reflexiva y practica, otro aspecto está en las personas por su dificultad para opinar, que podría ser falta de confianza, esto entonces está en la capacidad de cada persona de hablar de lo que otras personas piensan.

Se impidieron los diálogos al no abordar los temas con amplitud sino rápidamente.

**¿Qué motivaciones personales y colectivas se propiciaron desde la vivencia de curso Taekwondo re-Creativo?. ¿Qué las originaba?**

“Yo creo que una de las motivaciones, yo creo que es muy importante la actitud del docente y de los estudiantes, el hecho de conocer algo nuevo ya es motivación, pues cuando uno conoce algo y sabe que lo puede practicar, y lo hace bien eso ya es motivación, entonces una motivación personal es conocer algo que no conocías, tratar de hacerlo bien, practicarlo, hacerlo tal como te lo enseñaron, eso ya genera un orgullo personal, uno dice lo pude hacer, lo hice bien, eso ya es una motivación.

Las motivaciones colectivas, pues, son algo complicadas, es muy difícil saber que piensa cada uno de los compañeros dentro de un salón, pero si es manejable con respecto a situaciones que se pueden dar, juegos, los juegos son muy motivantes, cuando uno aprende jugando se motiva mucho, cuando

uno hace las cosas con mas alegría y algo muy importante aunque tal vez no se debe depender de eso, pero algo muy importante es el reconocimiento cuando a uno le reconocen así sea verbalmente que uno hace algo mal o bien es muy motivante para continuar, para seguir adelante, para avanzar en lo que uno está haciendo, es duro para uno esforzarse, hacer trabajos, lo haga bien pero que nadie se lo diga, es muy difícil, inclusive uno a veces uno queda con la incógnita si lo hace bien o no, y cuando uno lo hace, y hace bien las cosas, uno ese esfuerzo que hace lo hace bien, aunque de pronto cometa errores es muy motivante”, profesor ¿ese reconocimiento se dio y se dio con tus compañeros al igual que con el profesor o no se dio?. “ se dio para mi mismo, llegue a motivarme mucho en las cosas que quería aprender de acuerdo a mis perspectivas si y gracias a mis compañeros, a mis compañeros del grupo; motivaciones colectivas tal vez, el hecho de solamente de hacer un juego y ganarlo es una motivación pero de reconocimiento yo creo que ese tema se queda corto y se queda corto pienso yo por mas confianza, si uno no tiene confianza con la persona es difícil acercarse a ella a decirle para decirle ve has mejorado o cosas por el estilo”.

Profesor, quien más, “para mi es motivante pues me gusta mucho éste deporte el Taekwondo y por esta razón es que uno le pone ganas y esfuerzo, una motivación personal las ganas de trabajar, y en lo colectivo, la forma de trabajar colectivamente con las dinámicas y todos los trabajos que se hicieron con los compañeros pues eso ayuda en el ambiente de la clase y las diversas enseñanzas que surgieron”.

“Bueno la motivación personal es conocer sobre la practica del Taekwondo, en motivaciones también los buenos ambiente de la clase, a hora en la parte colectiva todos estaban allí porque les gustaba, entonces eso es una motivación colectiva”.

“Bueno digamos que motivaciones personales uno el hecho de compartir con personas diferentes encuentra como ejemplos a seguir diferentes visiones, uno se motiva a igualarse o hacer lo mismo para sobresalir es una motivación buena personal, profesor, ¿ósea que la motivación allí es la interacción con el otro porque permite enriquecerse? Sí claro. Interviene otra persona “Tal vez la motivación que hace falta allí es poder dar a otra persona lo que no sabe, uno llega como docente y puede enseñar y hay una motivación cuando uno tiene la posibilidad de enseñar a otra persona, que esa persona tenga esa confianza que le brinde cosas que el no sabe.

“Creo que la motivación personal es decir porque quiero estar y no porque me toca estar, ósea la motivación es porque cuando uno quiere estar en algo o quiere hacer algo lo hace con ganas y también una de la motivación es querer aprender que es ese arte Taekwondo, como se trabaja ese arte, también la motivación de compartir nuevos pensamientos, nuevas culturas, de relacionarse, yo creo que es motivante la ganas de ir y de estar allí y yo creo que las actividades que se desarrollaron son motivantes, son de interés, son dinámicas par que todo el mundo se integre y pueda haber una mejor empatía, en cuanto a las motivaciones colectivas, creo que una motivación personal aporta para la motivación colectiva, si alguien está bien, si le pone ganas, esto posibilitó que se generen buenas relaciones, y más si uno tiene las ganas de hacerlo, de hacer las actividades con los demás y esto aporta para lo colectivo.

”yo creo que la motivación personal fue estar en el curso de Taekwondo por ser algo nuevo para mí y aprender sus diversas manifestaciones y también por la relación que se generó con los compañeros, también fue motivante las diversas actividades que se hicieron en las clases pues siempre traían variedad de

enseñanzas y esto generaba entusiasmo y causaba motivación por ver lo que suya en el curso.

En cuanto a las motivaciones colectivas yo pienso que es la actitud de todo los compañeros, pues con todos se compartía y además porque el trabajo de la clase generaba trabajo con todos y esto se convertía en un ambiente motivante para todos, también fue interesante pues yo asistí al curso del sábado y el del viernes y donde los grupos fueron totalmente diferentes, teniendo en cuenta que en uno habían más hombres que mujeres y viceversa, donde no siempre las actividades hechas funcionaban dinámicamente en un grupo que en otro.

Interviene otro “eso hace parte yo creo que de la cultura, uno como hombre es mas fresco, es mas dado a hacer amigos mas fácil, uno no está esperando que el otro desconfía, el hecho de que son mujeres, si esta no me habla yo no le hablo, y entonces de esta manera hay mejor relación por parte de los hombres pero sin tampoco decir que ellas no se hubiesen relacionado entre ellas y con nosotros.

Profesor, que más sobre las motivaciones, “todos los trabajos colectivos generados en la clase fueron motivantes”.

**¿Qué actitudes personales y colectivas se provocaron en el curso Taekwondo re-Creativo? ¿Que las causó?**

“Yo creo que las actitudes tienen que ver con las actividades que realizaron en clase pues de éste modo las actitudes que surgen son el compromiso y el respeto que personal y también la motivación mutua de grupo se generaba en la clase, también compartir ideas, logros, metas, esto incentiva cambia tu actitud, otra actitud que es importante es cuando se hacían las actividades pues

en ellas no se hacia trampa y entonces ahí se ve la actitud que uno tiene frente a la las clases”

“yo pienso que una actitud que se generó fue la seguridad, de ser seguro con lo que uno hace y esto le permite hacer bien las cosas y estar bien con los compañeros”

“Ahí se le podría agregar la exigencia, porque uno nota, ósea se gana?, si por el entreno y el bienestar que se gana de forma personal”

“Las actitudes personales generadas son por ejemplo que uno quiere saber más de la cosas, que uno puede aprender mas de éste arte, la otra actitud es el compartir con otros, la disciplina que se tiene en realizar determinado ejercicio, determinada prueba, dependiendo de lo que exija si es mental si es física, yo creo que da una exigencia para llegar hacerlo, entonces fue muy divertido y además por las ganas de querer aprender, además cada vez que uno enseña o uno aprende de alguien a uno le queda algo, en cuanto a actitudes colectivas es el compromiso de cada quien hacia lo que se estaba haciendo, creo que la mayoría o todos estaban allí por que querían y también que ese compartir ideas”

Interviene otro “Bueno hay muchas actitudes por la diversidad de estudiantes del curso, por ejemplo actitudes negativas por ejemplo por la clase de sábado a las siete y uno no va a realizar las cosas bien, pero si la clase se planteaba dinámica y con actividades que llamaran la atención, esa pereza se va a perder y entonces esto generaba cambio de actitud, profesor quien más quiere complementar, “yo pienso que la actitud y la motivación van por iguales y si uno está motivado esto influye en la actitud, y en éste caso si yo tengo buena actitud boy a aprender ya sea conociendo algo nuevo o enseñando, así uno no quiera la actitud tiene que ver con la competencia, cuando uno compite tiene actitud,

pero la buena actitud tiene que verse a favor de lo que uno quiere para bien, si tengo una buena actitud debo ser excelente y si tengo una mala actitud al menos sobresalir si uno no tiene actitud así tenga las capacidades le es muy difícil superar las cosas”.

Interviene otro “digamos si uno tiene unos buenos hábitos de vida uno piensa o tiene un pensamiento bueno, si uno tiene malos hábitos de tomar, de fumar, trasnochar, entonces afecta la actitud pero si uno tiene él hábito de hacer ejercicio, uno adquiere buena actitud y buena disposición”

**¿Cómo se vivenció la participación personal y colectiva en el transcurso del curso Taekwondo re-Creativo?**

“En general fue muy buena la participación de los estudiantes, como del docente, hay que tener en cuenta que la participación personal depende mucho de la motivación y la disposición del que la guía, yo creo que la participación es la causa de una buena integración, de una buena relación con los demás.

“yo creo que la participación fue muy activa y yo creo que se presto para cambiar determinadas actividades, para intercambiar sus ideas, yo creo que cada uno puso su granito de arena para que todo fuera activo y dinámico, con su disposición y aporte, yo creo que uno sólo no puede cambiar las cosas, y como decía mi compañero (Ronald) fue mas que todo colectivo, personal si obviamente pero en lo colectivo fue más dinámico, con ganas de exigirse con ganas de aprender más, todo eso se complementó en bien para hacer las cosas”

“Yo creo que una participación tanto individual como colectiva, fue con mucha libertad, de seguridad, y de libre albedrío, y además hubo respeto de lo que cada uno aportaba, así sea de lo que cada uno estudia pero siempre las

relaciones fueron respetuosas y de ayuda mutua, ósea las personas estuvieron dispuestas a trabajar de buena manera y con entusiasmo”.

“Bueno la participación personal uno siempre da lo mejor de sí, con respecto a las participaciones colectivas fue el buen ambiente y lo agradable de compartir con el colectivo de compañeros”

“Yo creo que la participación dependió mucho de la dinámicas, porque fueron bastante buenas y todo el mundo hacia las cosas mas dinámicamente, también mas hubo participación no verbal que verbal, puesto que el curso se prestaba para eso, para hacer lo que el instructor orientaba”

“Yo pienso que se dieron ambas la participación verbal y no verbal, cuando se hacían ejercicios y cuando se discutía o se compartía con los compañeros del grupo.”

Fue más colectiva que personal? Que impacto les dejo? “Yo creo que mira cuando participa el grupo uno también participa, a mi por ejemplo la experiencia fue buena, por que en la educación física no se dejaba un espacio para ser libre y discutir y aquí fue distinta mi participación por que yo también aportaba para la clases, fue activa, y esto genera mas ambiente en el grupo, y se generaron participaciones donde se veían puntos de vista diferentes y uno podía confrontarse con los demás, y aquí se tocaban temas que lo tocan en su diario vivir.”

“Creo que las calas generaron mas participación pero no todas están dispuestas o tienen la capacidad a participar debido al modelo educativo que vivimos o por miedos que cada uno tenga o confianza”

## **CONCLUSIONES**

Es importante y se dio en el curso que el estudiante sea activo y partir de lo que a él le gusta, piensa y pueda acceder a lo que el le interesa y no sea algo impuesto en el curso.

Yo creo que si uno quiere que un estudiante participe colectivamente y personalmente las dinámicas tienen que ser motivadoras y también lo que el docente hacía con las actividades donde los estudiantes eran propositivos, entonces esto era positivo para la participación.

La motivación fue fundamental y se dio personalmente y colectivamente.

Las participaciones colectivas fueron muy buenas y hubo un buen grupo de trabajo.

Fue importante el compartir con los compañeros, pues se dieron intercambios culturales, variedad de temas y esto constituyó un curso muy agradable.

La comunicación verbal y no verbal se dio de manera dinámica y permitió vivenciar a los participantes otras sensaciones que los hacían reflexionar que no sólo era el vivenciar trabajo físico sino también trabajo intelectual como decían ellos y las relaciones e intercambios que se originaban mutuamente.

El sujeto es biocultural donde en los procesos de interacción tiene comunicación con los otros, de manera verbal y no verbal con sus gestos, actitudes, aportes.

Disposición, posición personal, la motivación personal y colectiva y ambas se complementan. El diálogo también originó procesos de acercamientos entre los estudiantes y que todo giró hacia constructos colectivos que enriquecieron lo personal.





