

**IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA
FORMATIVA DESDE EL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD ANTONIO
NARIÑO SEDE POPAYÁN CAUCA**

AUTOR

JIMMY EDINSON MUÑOZ ÑAÑES

**PRÁCTICA SOCIAL PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA
EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN
EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
POPAYÁN
2009**

**IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA
FORMATIVA DESDE EL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD ANTONIO
NARIÑO SEDE POPAYÁN CAUCA**

AUTOR

JIMMY EDINSON MUÑOZ ÑAÑES

DIRECTOR

Mag. JORGE ALBERTO ORTIZ VIVAS

**UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA
EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN
EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
POPAYÁN
2009**

Nota de Aceptación

Mg. Jorge Alberto Ortiz Vivas

Esp Clara Inés Córdoba

Esp. Lizzeth Torres

Fecha de sustentación, Popayán 15 de Mayo de 2009

DEDICATORIA

A Dios, a mis padres: Maximiliano Muñoz y lida Esperanza Ñaños; a mis hermanos: Richard y Weimar; a mi tía Erika y mi novia Gloria; como también a mis familiares, amigos, compañeros, profesores y demás personas que han hecho posible terminar con éxito mis propósitos y metas.

Con mucho cariño...

Jimmy Muñoz

AGRADECIMIENTOS

Mis más sinceros agradecimientos al profesor Jorge Alberto Ortiz Vivas; por ser un profesional que brindo sus conocimientos desinteresadamente. Le dio gracias por haberme dado la oportunidad de crecer y compartir en este proyecto de práctica social, el cual ya se convirtió en un proyecto vida.

También les agradecemos de corazón a todos y cada uno de nuestros profesores compañeros y amigos que siempre estuvieron con nosotros prestos a colaborarnos, en tanto fueron un apoyo en los buenos y malos momentos de nuestro proceso formativo a lo largo de la trayectoria educativa.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
PRESENTACIÓN.....	1
RESUMEN	2
CAPITULO 1	
PROPUESTA PEDAGÓGICA	
1.1. Contexto Poblacional.....	9
1.1.1. Universidad.....	12
1.1.2. Universidad Antonio Nariño (UAN) Sede Popayán.....	12
1.1.3. Principios universitarios.....	13
1.1.4. Principios filosóficos Universidad Antonio Nariño.....	14
1.1.5. Currículo.....	15
1.1.6. Bienestar Universitario.....	18
1.1.7. Concepción de Bienestar Universitario “UAN”	19
1.1.8. Comunidad Universitaria.....	21
1.2. DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL PARTICIPATIVO.....	23
1.2.1. Hallazgos desde los diarios de campo.....	23
1.2.2. Análisis de las categorías emergentes.....	26
1.2.3. Preguntas guías.....	27
1.2.4. Matriz FODA.....	28
1.2.5. Análisis.....	29
1.2.6. Interrogantes.....	31
1.2.7. Alternativas.....	32
1.3. HALLAZGOS EN EL DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL	33
1.3.1. Prácticas selectivas y discriminatorias.....	33
1.3.1.1. La primacía del deporte convencional y de las destrezas técnicas.....	33

1.3.1.2. Obligatoriedad del deporte en la formación académica.....	34
1.3.1.3. El valor de la actividad física para los estudiantes de la UAN.....	35
1.3.1.4. La disposición hacia las prácticas físicas, una oportunidad de salud, encuentro y diversión.....	36
1.3.2. La diversidad de prácticas como posibilidad de Formación desde la Actividad Física.....	39
1.3.2.1. Aspiración a la formación desde la diversidad de prácticas.....	39
1.3.2.2. Aspiración a la formación desde el Deporte....	40
1.3.2.3. La necesidad de aprender acerca de los Deportes.....	41
1.4. SITUACIÓN A INTERVENIR.....	43
1.5. JUSTIFICACIÓN.....	46
1.6. PROPÓSITOS.....	48
1.7. METODOLOGICA.....	49
1.7.1. Enfoque de la Propuesta Pedagógica.....	49
1.7.2. Sistematización para el análisis de los hallazgos.....	51
1.7.3. Técnicas e Instrumentos.....	53
1.7.4. Codificación.....	55
1.8. DISEÑO	57
1.8.1. Programa Actividad Física Formativa para la Universidad Antonio Nariño sede Popayán.....	57
1.8.2. Propósitos del programa.....	59
1.8.3. Referentes jurídicos y normativo.....	60
1.8.4. Referente pedagógico.....	62
1.8.4.1. Concepción de pedagogía.....	62
1.8.4.2. Funciones de la pedagogía.....	64

1.8.4.3. Modelo pedagógico.....	64
1.8.4.4. Docencia.....	68
1.8.5. Referente socio-humanístico.....	68
1.8.5.1. Cultura.....	68
1.8.5.2. Sociedad.....	70
1.8.6. Fundamentos disciplinares.....	70
1.8.6.1. La Formación como eje.....	70
1.8.6.2. Educación para la Formación.....	71
1.8.6.3. Formación Integral en la Educación.....	72
1.8.6.4. Formación Integral y Actividad Física.....	73
1.8.6.5. Calidad de vida; Desarrollo Humano y Actividad Física.....	74
1.8.6.6. Beneficios de la Actividad Física.....	76
1.8.6.7. Paralelo entre Actividad Física y Deporte.....	77
1.8.6.8. Paralelo entre Actividad Física y ejercicio Físico.....	80
1.8.6.9. Actividad Física Formativa.....	80
1.8.6.10. Actividad Física Formativa en la Universidad del Cauca.....	82
1.8.6.11. Actividad Física Formativa desde el Deporte	83
1.8.6.12. Deporte Saludable.....	89
1.8.7. Metodología del programa.....	91
1.8.7.1. Estilos de enseñanza.....	93
1.8.7.2. Tipos de actividades a realizar.....	94
1.8.7.3. Créditos.....	95
1.8.7.4. Horarios.....	96
1.8.7.5. Evaluación.....	96
1.8.7.6. Recursos.....	98
1.9. HALLAZGOS DURANTE EL DISEÑO.....	99
1.9.1. Condiciones administrativas deseables para su	

Realización.....	99
1.9.1.1. Espacio académico para la Actividad Física Formativa.....	99
1.9.1.2. Las notas y el promedio de la materia.....	101
1.9.2. Diversidad de Prácticas en la Actividad Física Formativa.....	102
1.9.2.1. Apertura hacia otras Prácticas.....	102
1.9.2.2. Prácticas Físicas acorde a las necesidades de la Comunidad estudiantil.....	103
1.9.3. Formación para ser Competente.....	104
1.10. EJECUCIÓN	106
1.10.1. Plan curso Deporte Saludable.....	106
1.10.2. Propósitos para el plan curso.....	107
1.10.3. Justificación para el plan curso.....	108
1.10.4. Contenido temático para el plan curso.....	108
1.11. HALLAZGOS DURANTE LA EJECUCIÓN.....	112
1.11.1. Aceptación por la gran variedad de actividades Desarrolladas.....	112
1.11.1.1. Aceptación a espacios de integración y Convivencia.....	112
1.11.1.2. Aceptación por la metodología utilizada en las clases.....	113
1.11.1.3. Aceptación de los espacios utilizados.....	114
1.11.2. La Actividad Física Formativa como medio Facilitador en la formación humana.....	115
1.11.2.1. El fomento y la enseñanza de los valores...	115
1.11.2.2. Fomentar la solidaridad.....	116
1.11.2.3. Ser participativo y crítico.....	117
1.12. EVALUACION DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA.....	119
1.12.1. La Actividad Física Formativa como una	

Herramienta necesaria para el desarrollo intelectual.	119
1.12.1.1 Beneficios académicos.....	119
1.12.1.2. Beneficios formativos.....	121
1.12.1.3. Ampliación de los campos del saber.....	123
1.12.1.4. Integración de varios saberes.....	124
1.12.1.5. Mejora la productividad intelectual.....	125
1.12.2. La Actividad Física Formativa como facilitador en las relaciones Sociales.....	127
1.12.2.1. Experimentación del cambio de actividades Físicas.....	127
1.12.2.2. Genera la Participación y la Integración.....	128
1.12.3. La apertura hacia el desempeño personal.....	130
1.12.3.1. Innovaciones hacia la realización personal..	130
1.12.3.2. Innovación hacia las prácticas saludables...	131
1.12.3.3. Innovación en la realización de prácticas Físicas.....	132
1.12.4. Reconocimiento personal.....	134
1.12.4.1. Satisfacción individual.....	134
1.12.5. Reconocimientos hacia la salud.....	135
1.12.5.1. Contribuciones en la salud.....	135
1.12.5.2. Toma de conciencia hacia la salud.....	136
1.12.5.3. Aceptación a las prácticas saludables.....	137
1.12.5.4. Los beneficios del deporte en el organismo.	138
1.12.5.5. Contribuciones en la condición física.....	139
1.12.6. Continuidad en el proceso formativo de la actividad Física.....	140
1.12.6.1. Beneficios de las prácticas físicas.....	140
1.12.6.2. Continuidad en las prácticas físicas.....	141

1.12.7. Desarrollo personal.....	143
1.12.8. La importancia de estar siempre activos.....	144
1.12.9. La puesta en práctica de lo aprendido.....	145
1.12.10. Reconocimiento en las prácticas física.....	146
1.12.11. Actitud frente a las actividades que generan Integración.....	148
1.12.11.1. Disposición interpersonal.....	148
1.12.11.2. Relaciones interpersonales en las Prácticas físicas.....	150
1.12.12. Opción a seguir en los ratos libres.....	151
1.13. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA SOCIAL.....	153
1.13.1. Análisis de las habilidades y destrezas adquiridas..	153
1.13.1.1. Habilidades y destrezas adquiridas.....	153
1.13.1.2. Competencias desarrolladas en la práctica Social.....	158
1.13.2. Nivel de logros alcanzados frente a las Expectativas.....	162
1.13.2.1. Logros personales alcanzados.....	163
1.13.2.2. Logros profesionales.....	165
1.13.2.3. Cargo ocupado en la UAN.....	167
1.13.3. Descripción analítica de las acciones y actividades En las cuales participó y realizó, en el marco de la propuesta pedagógica.....	170
1.13.3.1. La asesoría.....	170
1.13.3.2. El diseño.....	171
1.13.3.3. La ejecución.....	173
1.13.3.4. La evaluación.....	175
1.13.3.5. El trabajo personal.....	178
1.13.4. Aportes del practicante al desarrollo de la UAN	180
1.13.4.1. la valoración académica del Bienestar	

Universitario con respecto al Deporte.....	181
1.13.4.2. Fortalecimiento curricular mediante la Inclusión del deporte y la recreación dentro De la formación académica.....	182
1.13.4.3. Redimensiona el papel del Bienestar Universitario y sus funcionarios.....	182
1.13.4.4. Cambios en la organización de espacios Académicos.....	183

CAPITULO 2.

CONCLUSIONES

2.1. En la Propuesta Pedagógica.....	185
2.2. En el programa.....	188

CAPITULO 3.

RECOMENDACIONES.....	191
----------------------	-----

CAPITULO 4.	
REFERENCIAS.....	193

CAPITULO 5.
LISTA DE ANEXOS

ANEXO No. 1. GUIA DE ENTREVISTA FOCALIZADA.....	201
ANEXO NO. 2. GUÍA DE DIARIO DE CAMPO.....	205
ANEXO NO. 3. GUIA DE DIÁRIO PERSONAL.....	206

PRESENTACION

Con esta Práctica Social se implementó el Programa Actividad Física Formativa desde el Deporte en la Universidad Antonio Nariño –UAN, sede Popayán – Cauca, dentro de su Bienestar Universitario, a partir del Programa de Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, retomando algunos aportes importantes de este Programa como fueron: el concepto de Actividad Física Formativa desde una perspectiva pedagógica humanista, que integra y facilita el desarrollo personal y profesional de una comunidad estudiantil, más abierta y menos selectiva, con actividades con sentido crítico y la capacidad de descubrimiento de nuevas posibilidades e incentiva a las Instituciones a crear ambientes de participación, creatividad y autonomía que se constituyen en parte esencial de la formación integral de los estudiantes, dentro de una formación crítica en el ámbito social y profesional.

En los hallazgos observados, actúan factores fundamentales como la aceptación estudiantil y administrativa, y el beneficio formativo institucional que la idea ofreció, los cuales se constituyeron para la elaboración del diseño definitivo, con el fin de que estuviese acorde a las necesidades e intenciones formativas de la Universidad Antonio Nariño, y que favorezca su aplicación, permanencia y desarrollo en el futuro.

A raíz de esta propuesta, se pretende abrir nuevos campos de intervención, que complementen y fortalezcan la formación académica en la Universidad Antonio Nariño sede Popayán; en la cual el Bienestar Universitario establezca parámetros educativos pertinentes como un componente esencial dentro del desarrollo humano que brinda la Institución.

RESUMEN

Al Implementar el programa Actividad Física Formativa –AFF desde el Deporte, en la Universidad Antonio Nariño – UAN, se establecieron los logros obtenidos en el desarrollo personal y formación integral de los estudiantes de esta institución; de igual forma, se tuvo en cuenta la ubicación dentro del Bienestar Universitario como un nuevo espacio académico, que incentivó a crear un ambiente de participación, creatividad y autonomía, que fue parte esencial para el logro de los propósitos en la formación humana y social que persigue la Universidad.

El Programa Actividad Física Formativa desde el Deporte es una herramienta pedagógica, basado desde el Deporte saludable como elemento acorde que amplió las posibilidades académicas de la institución, al crear una nueva alternativa académica, articulado en el plan de estudio.

Es así como el Deporte Saludable fue una actividad física lúdica que genero aptitud, oportunidad para descubrirse, participación con idoneidad y trascendencia, que facilitó de manera pertinente el desarrollo de aspectos físicos, psico-afectivos, espiritual y social, el cual dio a la comunidad universitaria, un espacio para fortalecer valores en la solidaridad, la autonomía, la tolerancia y el respeto, protagonistas en la promoción de la salud en sano esparcimiento, a través de la recreación, el Deporte, el juego y la salud, componente integrador y fundamental en la formación académica, como un espacio propicio de reflexión constructiva un proyectos de vida, que reflejó un desarrollo consiente de las posibilidades de bienestar personal.

El Programa Actividad Física Formativa en la UAN sede Popayán, parte de la idea innovadora del Programa que actualmente se desarrolla en la Universidad del Cauca; el cual mantiene conceptos adecuados y pertinentes

al fortalecimiento de la formación integral, como son: el nombre Actividad Física Formativa, el sentido formativo a la propuesta ya existente, la orientación Formativa con carácter Integral, fundamental en la formación estudiantil como seres humanos, ciudadanos y futuros profesionales; igualmente se realizaron modificaciones necesarias en el diseño curricular, la cobertura estudiantil en el contexto y la apertura de cursos ofrecidos; permitiendo que los cambios en el programa se pudieran adaptar de acuerdo a las necesidades e intenciones de los estudiantes UAN.

Con base en la definición dada por Berman citado por Gómez, la implementación se realiza en tres etapas, que; *“consiste en la adaptación de una idea innovadora en su puesta en acción dentro de una institución. La efectiva implementación por parte de los actores, parece estar caracterizada por una adaptación mutua de ellos a través de la claridad que tengan acerca de los objetivos de la innovación y los comportamientos funcionales requeridos”* (1981, p. 273); esenciales a tener en cuenta, dentro de las etapas en el momento de direccionar la propuesta de implementación en la Universidad Antonio Nariño, que fueron:

La primera etapa consistió en elaborar el plan de acción desde la idea original, considerando las necesidades institucionales donde se pretenda situar; la segunda etapa partió al ejecutar el plan de acción, teniendo en cuenta los propósitos que se querían alcanzar; y la tercera etapa fue evaluar los procedimientos realizados y los resultados que emergieron, acercándolos a los propósitos propuestos que fueron ajustados a las necesidades y posibilidades que se presentaron. De esta manera, se consideraron los aspectos importantes que se mantuvieron y los que se modificaron de la idea original, para tenerlos en cuenta dentro de los elementos de la implementación, enunciándolos en cada uno de ellos.

Por esta razón, el diseño del Programa, busco generar un espacio dentro de los procesos académicos formativos en los estudiantes de la UAN sede Popayán, a través de la realización de actividades deportivas saludables enfocadas hacia la promoción y la generación de hábitos y estilos de vida saludable, incorporando acciones, alternas, de sano esparcimiento en su tiempo libre, aportando a la estructuración de los programas de pregrado de la UAN, las bases fundamentales en la contribución en los procesos formativos de los estudiantes en el aspecto social, psico-afectivo y físico.

Al considerar el nombre Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca dentro del diseño inicial implementado en la UAN, se que encontró que este es un concepto adecuado y pertinente al fortalecimiento de la formación integral, que lleva a tener mejores condiciones representadas en dimensiones al abordar el desarrollo de la vida.

El sentido formativo de la idea innovadora, como un espacio de interacción en el desarrollo físico, psico-afectivo y social en diferentes dimensiones (cognitiva afectiva, social, valorar, corporal, estética), dentro de ambientes de autonomía y crítica necesaria en su formación como ser humano, al considerarlo de forma pertinentes para articularlos a los planteamientos de la misión y visión de la UAN sede Popayán.

Al ejecutar la propuesta inicial del Programa Actividad Física Formativa, la UAN sede Popayán, se percató como el rol del docente cambió; fue moderador, coordinador, facilitador, mediador y además un participante más, como también el clima afectivo, armónico, de mutua confianza, vinculó positivamente a los estudiantes, hacia el conocimiento en las diferentes disciplinas, a un espacio de conciliación, de participación, integración y de sana convivencia, que les permitió explorarse en el aprendizaje no solamente

en sus habilidades y destrezas intelectuales, es la oportunidad de auto descubrimiento en lo que en realidad pueden hacer, si se lo proponen.

Es por eso, que la orientación pedagógica aplicada en los cursos realizados, fue el constructivista, pues se concibió el aprendizaje como un proceso en el cual el estudiante construye sus ideas o conceptos basados en conocimientos presentes y pasados; el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano, esta construcción se realiza con los esquemas que la persona ya posee. Este se complementa con los pilares de la Educación propuestos por (Delors J. 1996); aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser; articulándose a su vez con los propósitos que promulga el Bienestar Universitario de la UAN; bien estar, bien hacer, bien vivir y bien ser. el cual permite una educación constructiva desde sí mismo y que se pueda reflejar en el transcurso de la vida con mayor sentido.

Es así, como el programa implementado permitió dar una apertura a las prácticas de actividad física, generando expectativas no solo a nivel estudiantil, sino también a nivel administrativo, logrando abrir un espacio para actividades en diferentes escenarios de la Universidad, como en los alrededores, saliéndose de la monotonía de los salones de clase; expresados por los estudiantes que participaron, manifestando sentimientos y emociones, interactuando, relacionándose con las demás personas, durante la realización de actividades Deportivas saludables, que los benefició en el desarrollo socio cultural que aquí se manifestó.

De igual forma, la apatía fue un efecto evidente en el ambiente para el desarrollo de las clases, al creer en el tradicionalismo de la experiencia del colegio, en relación de los Deportes y las actividades recreativas. Fue solo a través de la vivencia en las clases de actividad física desarrolladas que

cambió su punto de vista, logrando incentivar y consolidar un espacio para la práctica y el desarrollo de actividades alternas de integración y de aprovechamiento del tiempo libre, para propiciar un cambio de actitud de los estudiantes, ya que se practicaron actividades que eran acorde a sus necesidades y gustos proyectadas a su propio estilo de vida.

La cobertura estudiantil para el desarrollo de los cursos de Actividad Física Formativa, se limitó a dos semestres focalizados en 24 estudiantes de dos programas de pregrado: Medicina Veterinaria y Odontología, las cuales tenían horarios diferente para cada grupo, sin que fueran integrados para el desarrollo de las prácticas, ni para ofrecer la variedad de cursos que se pretendían ejecutar; así, las actividades fueron enfocadas de forma independiente, mediante la realización de actividades deportivas tradicionales y alternativas de forma saludables, en que el estudiante tuviese la oportunidad de plantear las diferentes prácticas, teniendo en cuenta sus gustos y necesidades para su realización.

La evaluación, entendida como proceso permanente, a través de la cual se obtiene información confiable, ayudo a valoró el estado de atención de los gustos, necesidades y expectativas que los estudiantes expresaban, lo cual fue esencial en el desarrollo de la propuesta, porque permitió fortalecer los elementos académicos positivos y corregir aquellos en los cuales existen problemas. Así, la información que se obtuvo durante todo el proceso de ejecución del programa inicial, permitió conocer aspectos relacionados con el impacto formativo obtenido, en lo fundamental con el proceso de aprendizaje y formación de los estudiantes de la UAN.

Es así como en los hallazgos, desde la perspectiva de la comunidad estudiantil, se encontraron algunas aspectos relacionados con el malestar que expresaban los estudiantes por el enfoque deportivista con carácter

competitivo y representativo, prevalente en la institución, al deber académico que tenían que cumplir con su proceso de formación; otras manifiestan la aceptación hacia la apertura de varias actividades asequibles para todos, las relaciones interpersonales, en la salud, en la puesta en práctica de lo aprendido en programa Actividad Física Formativa, como un reconocimiento para la vida cotidiana, necesario en el proceso de formación académica dentro del desarrollo integral de la comunidad estudiantil.

Es necesario resaltar la experiencia adquirida como profesor de Actividad Física Formativa en la UAN, pues se desarrolló y fortaleció la capacidad de trabajo académico dentro de un contexto de Educación Superior; adquiriendo y mejorando habilidades y destrezas durante el transcurso del proceso de la práctica social. Así, las competencias profesionales que se adquirieron son parte esencial en el proceso de desarrollo personal del practicante, afectando positivamente su formación integral y desarrollo humano, el cual se verá reflejado en el transcurso en su desempeño como profesor y su vida futura.

Se precisa que el proyecto hace parte de un macro proyecto llamado: Planteamientos Pedagógicos, Didácticos y Disciplinarios del Programa Actividad Física Formativa, perteneciente al grupo de investigación Epistemología e historia de la Educación Física, Recreación y Deporte (HIERDE) de la Facultad de Ciencias Naturales y Exactas y de la Educación, Universidad del Cauca.

CAPITULO 1

PROPUESTA PEDAGÓGICA

Mediante el desarrollo de la propuesta pedagógica elaborada durante el proceso de la práctica social, se tuvo en cuenta algunos elementos esenciales para su cumplimiento, en la cual debía pasar por una determinada organización en cada una de sus etapas para su correspondiente articulación, así que nos llevaría a conseguir el objetivo primordial como lo fue la implementación del Programa Actividad Física Formativa.

Aquí se tuvo en cuenta cuatro elementos necesarios que sirvieron en la elaboración de la propuesta, entre estos se tiene: el diagnóstico institucional que determinó los elementos que encontramos en el contexto intervenido, las ventajas y desventajas en su posterior consecución y demás disposiciones que sirvieron para elaborar la propuesta inicial; el diseño fue la etapa que determinó la elaboración del programa implementado desde su pre diseño y el diseño definitivo; la ejecución fue la puesta en marcha del programa para establecer si la propuesta estaba dentro de los parámetros elaborados con anterioridad; y la evaluación fue la etapa que ofreció la pertinencia del programa para la comunidad estudiantil, hacia el beneficio de la formación integral dentro de los procesos académica en la Universidad Antonio Nariño.

Es así como la propuesta pedagógica ofreció elementos necesarios para su implementación, determinando desde la perspectiva de los mismos estudiantes las pretensiones, gustos y necesidades de lo que deseaban tener como un programa alterno dentro de sus actividades académicas y como soporte para su formación profesional.

1.1. CONTEXTO POBLACIONAL

Para definir el contexto poblacional, se abordó el impacto de la población relacionada para el proyecto, empezando desde la mirada global de un mundo actual y en constante movimiento, además como se mueve la Educación Superior desde diversos campos nacionales y locales de acuerdo a autores que han investigado sobre este propósito.

En el contexto Universal, la UNESCO, (1998) refiere las posturas de la educación superior en relación con la globalización.

“Se observan una demanda de educación superior sin precedentes, acompañada de una gran diversificación de la misma, y toma de conciencia...fundamental que este tipo de educación reviste para el desarrollo sociocultural y económico y la construcción del futuro, de cara al cual las nuevas generaciones deberán estar preparadas con nuevas competencias y nuevos conocimientos e ideales. (1998, Párrafo 1)”

Todo lo anterior permite apreciar que la Educación Superior debe hacer frente a los retos que suponen las nuevas oportunidades que abren las tecnologías, que mejoran la manera de producir, organizar, difundir y controlar el saber y de acceder al mismo; los que generan los espacios laborales y las posibilidades de aprendizaje personal y profesional. En la Educación Superior el conocimiento y el saber se convierten en parte fundamentales del avance de los países tanto desarrollados como sub desarrollados que debe ser el principal objetivo, *“fomentar y reforzar la innovación, la interdisciplinariedad y la transdisciplinariedad en los programas, fundando las orientaciones a largo plazo en los objetivos y necesidades sociales y culturales”*. (1998, Artículo 5), así se deben articular lo mejor posible el saber, la tecnología y la interrelación entre conceptos creando un espacio necesario para acceder al conocimiento y la innovación.

Instamos en la necesidad de preservar, reforzar y fomentar aún más los valores fundamentales de la Educación Superior, en particular la misión de contribuir al desarrollo sostenible y el mejoramiento del conjunto de la sociedad, que trasladen propuestas al permitir *“contribuir a comprender, interpretar, preservar, reforzar, fomentar y difundir las culturas nacionales y regionales, internacionales e históricas, en un contexto de pluralismo y diversidad cultural”* (1998 artículo 1).

Los métodos educativos innovadores: pensamiento crítico y creatividad; buscan desarrollar en los diversos campos de acción de la Educación Superior; que la población estudiantil tenga un nivel socio cultural armónico, con una buena calidad de vida en el campo que se desempeñen; además de las herramientas conceptuales que ofrece, estimular el descubrimiento de más herramientas incentivando la creatividad, en el cual pretende el concientizar a las personas de su espacio, como el más adecuado para que desde allí emerja su proyecto.

En el ámbito Iberoamericano de acuerdo a los nuevos retos de la Educación superior según el informe de la Educación en Ibero América (2007) nos habla de *“La universidad iberoamericana debe construir un nuevo modelo de universidad que, sobre la base de la tradición de la universidad moderna, incorpore nuevas funciones y pautas que le conviertan en motor del desarrollo sostenible de nuestras sociedades”* (2007, Pág.26); el principal propósito de la educación superior tiene que ir encaminado hacia atender las necesidades crecientes de programas de formación continua, presencial y a distancia, para facilitar la inclusión social y la actualización de los profesionales de la empresa y de las administraciones públicas.

En el ámbito Colombiano; encontramos que la educación superior cada vez toma más fuerza, ya que el Ministerio de Educación Nacional y el ICFES,

brinda posibilidades a instituciones educativas de carácter privado, público y mixtas, entrar a competir en el campo técnico, tecnológico y profesional, de acuerdo a las políticas planteadas en la ley 749 de agosto de 2002, para instituciones de carácter técnico y tecnológica, Ley 80 de 1980 y Ley 30 de 1992 o Ley de la Educación Superior Colombiana. Estas reformas dieron un cambio total a la educación superior; a partir de esta apertura de diferentes centros de educación, el nivel de calidad de la educación superior que se brinda u orienta ha degradado el proceso de crecimiento del conocimiento y limitando nuevas oportunidades laborales, profesionales y económicas.

La oferta de servicio Educativo Superior en Colombia arroja datos que hoy en día contamos con 332 instituciones de educación superior registradas ante el Ministerio de Educación Nacional y ante el sistema nacional de información de Educación Superior (SNIES). De estas, 12 instituciones cuentan con acreditación de alta calidad (Gutiérrez 2007). Los promedios de población estudiantil fluctúan entre la educación superior privada y oficial, según datos estadísticos del Sistema Nacional de Información de Educación Superior (SNIES); desde el 1er semestre del año 2000 hasta 1er semestre 2006.

En el ámbito departamental encontramos diferentes ofertas de educación superior con diversidad de programas de formación técnica, tecnológica y profesional; en distintas instituciones de carácter oficial, privadas y mixtas; institutos técnicos, escuelas tecnológicas, corporaciones universitarias, universidades tanto presénciales como abiertas y a distancia. Sistema Nacional de Información de Educación Superior (SNIES).

Se pudo observar que el número de departamentos que ofrecen cobertura en Educación Superior es amplio, notándose que varios departamentos cuentan con una cobertura mayor en comparación a otros; el departamento del Cauca presentó un compilado de 21.785 estudiantes de Educación Superior en el

1er semestre de 2006, con lo que se evidencia el poco cubrimiento que en este sector no se está cumpliendo o llenando las expectativas.

1.1.1. UNIVERSIDAD

Se ha venido consolidando como un subsistema esencial del sistema educativo, respondiendo a un gran número de necesidades tanto como para la sociedad, el sector productivo y el Estado.

Se caracteriza por ser corporativa o resultante de la unión estable de personas o grupos diversos, organizados y relacionados con las tareas de las ciencias, las artes y la cultura; científica por la acumulación de saberes y la investigación; universal por acceder al conocimiento sin fronteras; autónoma por fijar sus propias normas, métodos, límites y propósitos; por el deber de aceptar normas que regulan su acción. A la par de las tareas fundamentales que asume resaltando la formación, investigación y proyección al medio; es así como permite completar el ciclo de formación académica de los ciudadanos; es el lugar donde se forman los profesionales (Bonilla, H. 1998. Citado PEI UAN 2005).

1.1.2. UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO (UAN) SEDE POPAYÁN

El contexto específico a intervenir es la UAN, la Corporación tiene domicilio en la ciudad de Bogotá, y de acuerdo con las normas legales sustantivas y reglamentarias de la Educación Superior y la reforma estatutaria, establecer dependencias, seccionales y centros regionales en otras ciudades del país. Por lo tanto la universidad establece una regional en la sede Popayán, desde hace varios años, cubriendo las necesidades educativas en algunos programas ofrecidos a la comunidad caucana señalando:

“La Universidad Antonio Nariño es una entidad privada de educación superior, de utilidad común, sin ánimo de lucro, organizada como Corporación, con personería jurídica reconocida por el Ministerio de Educación Nacional mediante Resolución 4571 del 24 de mayo de 1977, y reconocida como Universidad mediante Resolución 3277 del 25 de junio de 1993, expedida por el mismo Ministerio. A su vez, mediante la Resolución 05846 del 19 de julio de 1994, el Ministerio ratifica la Reforma Estatutaria¹ y la nueva denominación de la entidad como Universidad Antonio Nariño. La universidad Antonio Nariño sede Popayán, tiene como domicilio la calle 53 A^N #9- 35 El Tablazo, tel.: (2) 8326148 / 47 / 8392659.

1.1.3. PRINCIPIOS UNIVERSITARIOS.

La Universidad Antonio Nariño entiende por principio un código de conducta que permea la vida universitaria. El conjunto de principios se constituye en la ética que gobierna la conducta del individuo o la colectividad.

Por tanto, el quehacer de cada una de las dependencias y acciones de la Universidad se guiará por los siguientes principios:

- 1. Integridad. Se manifiesta en el actuar permanente de las personas en concordancia con los valores que orientan la educación y el desarrollo humano.*
- 2. Honestidad. Actuar consciente e intencionalmente de manera veraz conforme a los valores universales, incluso en aquellas ocasiones que impliquen riesgos o intereses particulares. A nivel institucional se refleja en relaciones y acciones que generan confianza y credibilidad interna y externamente. Se hace énfasis en la honestidad intelectual necesaria en todos los ámbitos de la actividad universitaria.*
- 3. Lealtad. Es el cumplimiento de deberes y acciones con fidelidad, honor y buena voluntad.*
- 4. Confianza. El respeto y la credibilidad establecidos a partir del principio de buena fe indispensable para el buen ejercicio de la vida en comunidad.*
- 5. Autonomía. Se asume como el ejercicio de la libertad individual y colectiva, manifiesta en el libre ejercicio de las ideas, de las acciones y las decisiones, en el uso de los recursos intelectuales, así como el ejercicio de la autogestión y autocontrol responsable, en concordancia con las normas que rigen el ethos social y con nuestra Constitución Nacional. La autonomía cumple el propósito de situar a la Universidad más allá de los enfrentamientos civiles y políticos.*
- 6. Crítica. Es el espacio intersubjetivo de reflexión permanente que converge al diálogo, al debate, al juicio, al ejercicio autónomo y libre de la expresión y al disenso a partir de los cuales se fortalece y recrea la acción universitaria.*

7. Autocrítica. Proceso reflexivo individual o colectivo sobre lo que se hace o ejerce con el ánimo de identificar los campos susceptibles de mejoramiento y cualificación personal e institucional. En la esfera universitaria y corporativa, la autocrítica se manifiesta en actividades como los procesos periódicos de evaluación y autoevaluación, y el compromiso con la calidad, la excelencia y mecanismos de mejoramiento continuo.

8. Participación. Corresponde al nivel de compromiso y sentimiento de pertenencia hacia la Institución que va más allá de las obligaciones impuestas por la organización, los niveles de responsabilidad, de acción y de autoridad que cada persona o instancia debe realizar atendiendo y resolviendo oportunamente las tareas o problemáticas que le competen. Implica la construcción del conjunto de actividades, de proyectos comunes y valores compartidos que conforman todos los aspectos de la voluntad de vivir juntos. Cada miembro de la colectividad debe asumir su responsabilidad para con los demás de forma cotidiana, en su actividad profesional, cultural y asociativa, lo que implica tener en claro sus derechos y deberes, y su necesidad de desarrollar las actividades en equipo.

1.1.4. PRINCIPIOS FILOSÓFICOS UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO

La Universidad Antonio Nariño como institución de Educación Superior, tiene como compromiso fomentar ciudadanos idóneos, éticos, humanistas y comprometidos con un proceso de transformación de pensamiento autónomo y crítico que contribuya en su formación integral en su calidad de vida y excelencia del talento humano.

MISION

Se entiende como la misión del Bienestar Universitario, la promoción y el fortalecimiento del desarrollo humano y la comunicación, así como el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad universitaria, para participar en el proceso de formación integral en la cultura, físico, social, emocional, psicológico y socio-económico de los diferentes actores en el ámbito local y nacional.

El programa Actividad Física Formativa es un soporte académico de los procesos formativos del Bienestar Universitario de la UAN, totalmente

identificado con la misión de la Universidad Antonio Nariño, que brinda servicios y altos intereses de la persona individual y social dentro de la comunidad universitaria, articula acciones universitarias en torno al bienestar, bien ser, bien hacer y bien vivir de persona humana.

VISION

Partiendo desde la visión institucional, el Programa Actividad Física Formativa tiene como visión posicionarse y ser parte del currículo académico de la Universidad Antonio Nariño; comprometiéndose con el proceso educativo permanente, aprovechando el pensamiento crítico, autónomo y creativo, fundamentado a partir de la formación integral y el desarrollo humano, como propósito del programa, al ampliar el horizonte de la dimensión pedagógica institucional.

1.1.5. CURRÍCULO

Dentro de las políticas institucionales está enmarcado el currículo el cual se convierte en una herramienta importante y necesaria dentro de la organización institucional ya que esta es el camino pertinente y adecuado para alcanzar los procesos de formación y aprendizaje fundamental en su ejercicio académico, además es este la guía del docente para su labor.

Desde una perspectiva institucional el PEI- UAN (2005) nos dice:

“El currículo es el conjunto sistemático y organizado intencionalmente de actividades, experiencias educativas, conocimientos y relaciones, que facilita la formación integral que como persona y profesional debe vivenciar cada estudiante. El currículo puede entenderse como la ruta que hace posible el proceso de formación durante el cual el estudiante puede desarrollar gran parte de su identidad, y construir un proyecto profesional integrado a su proyecto de vida.”

El currículo fundamenta el ejercicio académico, orienta la actividad docente y el desempeño de la administración de la institución. El currículo es lo que diferencia a la entidad educativa de cualquier otro tipo de institución, se caracteriza por ser organizador, integrador, articulador y facilitador, del aprendizaje y la formación.

Por esta razón el currículo es el soporte de los procesos de formación integral, el cual se direcciona hacia la construcción de una identidad Institucional y personal de los estudiantes, facilitando y generando mayor sentido institucional a las diferentes actividades que en ellas se realiza. De igual forma su elaboración debe tener concordancia con la Misión, Visión, Principios filosóficos y pedagógicos para poder implementar sus saberes particulares, desde la experiencia y la praxis.

El currículo desde su planificación educativa establece parámetros generales, para considerar la importancia en una propuesta académica; la relación pedagógica es una acción que se establece al interactuar docente - estudiante, constituyendo un escenario de desarrollo y potencialidades en un factor fundamental de dinámicas constructivas y reconstructivas establecidas en la enseñanza – aprendizaje. Así el interés, la motivación hacia el saber, hacer y ser son esenciales dentro de vínculos personales y sociales.

La propuesta formativa se fundamenta desde el programa académico, articulando la lógica e intencionalidad de conocimientos teórico- prácticos, relaciones sociales, recursos físicos, materiales y de gestión administrativa; creando una orden, cuya finalidad específica en este caso la formación integral de los estudiantes.(Lineamientos Curriculares UAN 2005)

Por lo tanto y específicamente el departamento en el que se desarrollo la propuesta de Implementación del programa de Actividad Física Formativa desde el Deporte, es el Bienestar Universitario quien aporta a la formación integral del ser humano; en este espacio la Comunidad se beneficia participando de sus programas de formación en “*salud, cultura, desarrollo humano, promoción, recreación y Deporte*”, es el Bienestar Universitario, uno de los espacios con los que cuentan los estudiantes, donde encuentran los elementos didácticos para el aprovechamiento del tiempo libre y complementario a sus actividades cotidianas dentro de los salones de clase; que según dentro de sus objetivos busca:

*“Fomentar la iniciativa de los estudiantes, promover y alcanzar su participación, en grupos de trabajo, en programas de trabajo comunitario y equipo de apoyo de diferentes actividades desarrolladas en el departamento en labores de promoción externa e interna de la Universidad, campañas de prevención en planes de salud, actividades culturales, lúdicas y deportivas; que faciliten el cultivo de sus intereses personales y su integración a la Universidad.
Apoyar a los procesos correspondientes del área del desarrollo humano”.*

La población con la que se trabajo involucro los estudiantes de pre grado de los diversos programas que ofrece la institución, con lo que se busca tener una cobertura en la poblacional que componen la estructura organizativa y formativa de la Universidad Antonio Nariño, buscando tener un nivel socio cultural armónico, con una buena calidad de vida en el campo que se+ desempeñen; además que cuenten con un espacio en lo social, lo deportivo y recreativo, los haga partícipes del sano esparcimiento, en donde el juego, la lúdica sea protagonista para la promoción de la salud, fortaleciendo la parte social, los valores en la participación, la solidaridad, la autonomía, la tolerancia y el respeto como ciudadanos en formación estimulando al descubrimiento de más herramientas que incentiven la creatividad.

1.1.6. BIENESTAR UNIVERSITARIO

Uno de estos espacios con que cuentan los estudiantes es el Bienestar Universitario, en donde gracias a los elementos didácticos que tiene se puede realizar un buen aprovechamiento del tiempo libre y complementario a sus actividades cotidianas; la Universidad brinda elementos que complementan la educación profesional, *“contribuye significativamente a la efectiva cobertura de las necesidades humanas en las áreas de la salud, recreación, Deporte, promoción socioeconómica y cultura”*. (UAN 2005).

Un ser con cualidades y capacidades, siente, expresa y aprende de los procesos de formación en sociedad, cuenta con libre expresión tanto oral como corporal; el propósito que busca el bienestar es encontrar un equilibrio entre el modo de pensar y el modo de actuar con su comunidad, *“mediante la promoción de servicios y actividades que permiten el desarrollo personal y profesional”*. (UAN 2005).

Es así como el bien estar, involucra la inteligencia de la persona ubicándolo en su contexto para el bien común en su bien hacer; el bien ser busca que la persona se conozca a sí misma y se acepte con sus limitaciones y sus habilidades, como la posibilidad de una autoexploración en busca de sus fortalezas, lo que es capaz de hacer y lograr con sus méritos; de sus debilidades con el fin de descubrir hasta dónde puede llegar la persona, una persona con un proyecto de vida claro seguido de una buena calidad de vida, una persona que aprovecha cada momento y lo disfruta, dentro de las esfera del Bien vivir. (Acuerdo 02 de Enero 25 de 2005 UAN).

Los programas del Bienestar son complementarios a los programas académicos ofrecidos en la Universidad, son entendidos como *“El conjunto de actividades que orientan al desarrollo físico, psico-afectivo, espiritual y*

social de los estudiantes, docentes y personal administrativo". (Ley 30 de 1992, Artículo 117 de Educación Superior Colombiana).

En un ambiente no competitivo de sano esparcimiento, en donde el juego sea protagonista para la promoción de la salud, fortaleciendo la socialización, los valores, la participación, la solidaridad, la autonomía, la tolerancia y el respeto como ciudadanos en formación; la Universidad crea un sentido de pertenencia que motive a los estudiantes, los docentes y el personal administrativo se identifiquen con la Institución dentro y fuera de ella; así mismo se comprometan a seguir las normas establecidas en el manual de convivencia, a cuidar de la infraestructura haciendo uso adecuado de los espacios deportivos de recreación y cultura, se comprometa al cuidado de los materiales didácticos utilizándolos para los fines que fueron creados y adquiridos por la Institución; a hacer valer la imagen de la Universidad como ente que los acoge, los forma y brinda beneficios no sólo mientras cursan sus programas de pregrado sino para su proyecto de vida.

1.1.7. CONCEPCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO “UAN”

Para acercarse un poco más a las políticas del Bienestar Universitario, se tuvo en cuenta su reglamento institucional para entender los propósitos y lograr interrelacionarlo (Acuerdo 03 del 25 de Enero de 2005):

“Bien estar: consiste en la concientización que la persona hace de su espacio y del ambiente que le sea más adecuado para el desarrollo de sus capacidades, potencialidades y competencias para formular su proyecto de vida y alcanzar las metas trazadas”.

“Bien hacer: implica las acciones que se emprenden en pleno uso de la inteligencia y la libertad con lo que se busca la realización de la persona humana como miembro de la familia, la universidad, como profesional y como miembro activo de la sociedad en la que debe influir con su criterio, actuación y preocupación por el bien de los demás”.

“Bien ser: radica en que la persona se capte así misma en su integridad, pero además como un ser inacabado, en permanente proceso de

aprendizaje y pleno de potencialidades cuyo perfeccionamiento lo aproxima a lo largo de la vida hacia su propio sentido trascendental. Solamente quien entiende su ser persona y sus componentes espiritual y material, intelectual que posee voluntad, libertad con un fin último trascendente, es capaz de entender el bienestar como un factor accidental que incide en su esencia facilitando el desarrollo de sus potencialidades para llegar a ser una persona adecuada, impregnada de un sentimiento de responsabilidad y profesionalismo único para ponerlos en servicio de la sociedad en la cual vive y para que en última fue creado, (bien hacer)”.

En consecuencia los propósitos del Bienestar Universitario se conciben de esta forma:

“a) La estructuración de espacios que tiendan al mejoramiento de la calidad de vida de los miembros de la comunidad universitaria, mediante la promoción de servicios y actividades que permitan el desarrollo profesional y personal, el desarrollo de la comunicación, el cuidado de la salud, la cultura física, artística y socio-económica”.

“b) La conformación de una unidad de soporte a la académica para complementar la formación integral de los profesionales egresados de la universidad”.

Así se menciona la importancia de girar en torno a la persona como ser humano; se parte de la esencia en su ser, existir, y su obrar o sea, desde el “bien ser, bien estar, bien hacer y bien vivir, como una forma primordial en su aprendizaje y como un fundamento para el transcurso de la vida y con mayor sentido en su formación integral. Por lo tanto se articula con los cuatro pilares de la educación del libro “la Educación encierra un tesoro” (Delors, J. 1996): Aprender a ser, Aprender a conocer, Aprender a hacer, Aprender a vivir con los demás; al relacionar estos dos fundamentos permite conformar una unidad de soporte académico para complementar la formación integral del estudiante, profesional y ser humano.

1.1.8. COMUNIDAD UNIVERSITARIA

La comunidad universitaria la conforman aquellas personas que de alguna manera se encuentran relacionadas, ya sea laboral o académicamente con la Universidad; tienen un vínculo directo bajo normas laborales establecidas como los estatutos laborales y en el caso de los estudiantes el reglamento o manual de convivencia que propone las normas y el comportamiento dentro de la institución. Existe el sector administrativo, académico y la población estudiantil que se diferencia por las actividades que desempeñan y el sector en el cual tienen una responsabilidad y una tarea que desarrollar; interactúan en los diferentes departamentos que tiene la universidad y de los programas académicos que ofrece, en ellos encontramos los diferentes departamentos de los programas de pregrado en el que los estudiantes de encuentren matriculados. Los diferentes grupos organizados dentro de la Institución como los son de investigación, y se encuentra el Bienestar Universitario.

El Bienestar Universitario es una parte importante con la que cuenta la Universidad y que aporta a la formación integral del ser humano; en este espacio la Comunidad se beneficia participando en sus diferentes programas de formación complementarios a los que se encuentran cursando.

El sector encargado de la organización estructural, el normal funcionamiento de los departamentos y delegación de funciones con su contratación, encontramos *“el personal administrativo que son los trabajadores y empleados por la universidad”*. (Universidad Veracruzana, sf).

La población más numerosa está conformada por los estudiantes, a quienes están dirigidos los programas y conforman los grupos en la Universidad, al realizar la inscripción y posterior matrícula hacen parte de la Institución lo que los hace actores de los procesos pedagógicos y representantes ante la

ciudadanía; Si entendemos *“que es la población más grande que tiene una Universidad, tiene la posibilidad de participar en forma creativa en todos los procesos de socialización acorde a sus necesidades en busca de aprovechar los espacios físicos y didácticos”*. (Universidad Veracruzana, 2007).

Todas las instituciones educativas ya sean de Educación básica o Superior, deben contar con escenarios para la práctica de Deporte, con un campo abierto para que en el tiempo libre y un espacio social participe dentro del ocio; además de la formación académica brinda un espacio para la formación integral teniendo en cuenta al ser humano en todas sus dimensiones como ser en formación y en expresión de sus individualidades. *“Las instituciones de educación superior garantizan campos y escenarios deportivos con el propósito de facilitar el desarrollo de estas actividades en forma permanente”*. (Ley 30 de 1992 de Educación Superior Colombiana.)

La disponibilidad de escenarios para la Comunidad Universitaria debe ser de tiempo completo y de fácil acceso, en buenas condiciones que no afecten la integridad de las personas que lo utilizan, material didáctico disponible tanto para el personal que orienta las actividades del bienestar como del personal que participa en los programas, con existencias acordes a las modalidades deportivas y culturales disponibles a su utilización.

1.2. DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL.

Previo a la elaboración de la propuesta pedagógica y los planes curso, se realizó un diagnóstico participativo donde se colocaron a funcionar dos instrumentos: la guía de entrevista, la cual se aplicó a una población muestra. El otro fue el diario de campo a partir del cuaderno de notas, que clase a clases se fue aplicando. De los que emergieron varias apreciaciones que se preseleccionaron por categorías y tuvieron entre sí una relación estrecha de acuerdo a sus contenidos.

1.2.1. LOS DIARIOS DE CAMPO Y CODIFICACIÓN

Aquí se enuncian los diarios de campo de los estudiantes Bernardo Erazo y Arley Girón, ya que se realizaron de forma conjunta.

Diario de campo No. 1 Bernardo Erazo Piamba

Diario de campo No. 2 Arley Girón Núñez

Diario de campo No. 3 Jimmy Edison Muñoz

Hallazgos en los diarios de campo

Diario de campo No. 1

1.1 Jornadas de rumba deportiva (BE 1/1).

1.2 Participación de dos administrativos (BE 1/2).

1.3.1 El gusto por el Deporte y la actividad física. (BE 1/3).

1.3.2 Falta de horarios para la actividad física. (BE 1/3).

1.3.3 Horarios alternativos para no interrumpir el trabajo académico y administrativo. (BE 1/3).

1.4 Las demás personas no asisten por el trabajo académico y administrativo. (BE 1/4).

- 1.5.1 El gusto por el Deporte. (BE 1/5).
- 1.5.2 No se pierde el tiempo haciendo Deporte. (BE 1/5).
- 1.5.3 El Deporte es bueno para la salud, aumente la autoestima. (BE 1/5).

Diario de campo No. 2

- 2.1 Partido de fútbol inter-facultades. (AG 2/1).
- 2.2 Actividad física y su importancia en la comunidad universitaria. (AG 2/2).
- 2.3.1 Los estudiantes comentan la importancia de la actividad física y el Deporte. (AG 2/3).
- 2.3.2 Es muy importante este espacio como espacio de disfrute y goce, Formación e integración. (AG 2/3).
- 2.3.4 La actividad física y el Deporte radican en espacios para alternar el estudio con otra propuesta. (AG 2/3).
- 2.4.1 La necesidad que los estudiantes practiquen este tipo de actividades. (AG 2/4).
- 2.4.2 Fin de semana el principal ingrediente es el alcohol. (AG 2/4).
- 2.4.3 El cuerpo hay que alimentarlo y ejercitarlo. (AG 2/4).
- 2.5 La importancia que la práctica deportiva ha de tener en cada ser humano. (AG 2/5).
- 2.6 Resaltó la mayoría femenina en casi todas las carreras. (AG 2/6).
- 2.7 El coordinador de Veterinaria como el más interesado en promover la propuesta. (AG 2/7).

Diario de campo No. 3

- 3.1 Invitación a los estudiantes a participar de la actividad física. (JM 3/1.)
- 3.2.1 Aceptación de los estudiantes por la actividad física. (JM 3/2)
- 3.2.2 Retomar actividades enfocadas a hábitos saludables (JM 3/2).
- 3.2.3 Oportunidad de horarios para facilitar la participación. (JM 3/2).
- 3.2.3 Lo más importante es la carrera que otras actividades. (JM 3/2).
- 3.3 Actividad no deportiva más lúdica, recreativa y dinámica. (JM 3/3).

3.3.2 Las actividades son de carácter mixto, no hay discriminación de géneros. (JM 3/4).

3.4 El interés de los profesores en especial la coordinadora de Bio-Médica por participar de la actividad física. (JM 3/4).

A continuación se presenta las categorías emergentes a partir de las observaciones consignadas en los diarios de campo:

Deporte formativo

Jornada de rumba deportiva (BE 1/1)

Partido de fútbol inter-facultades. (AG 2/1)

Agrado por alternativas de actividad física

El gusto por el Deporte y la actividad física. (BE 1/3)

El gusto por el Deporte. (BE 1/5)

Actividad no deportiva más lúdica, recreativa y dinámica. (JM 3/3)

Actividad física como necesidad educativa

Actividad física y su importancia en la comunidad universitaria. (AG 2/2)

La actividad física y el Deporte radican en espacios para alternar el estudio con otra propuesta. (AG 2/3).

La necesidad que los estudiantes practiquen este tipo de actividades. (AG 2/4)

La importancia que la práctica deportiva ha de tener en cada ser humano. (AG 2/5)

Visita e Invitación a los estudiantes a participar de la actividad física. (JM 3/1)

Aceptación de los estudiantes por la actividad física. (JM 3/2)

Actividad física y formación integral.

El Deporte es bueno para la salud, aumenta la autoestima. (BE 1/5)

Es muy importante este espacio como espacio de disfrute y goce, formación e integración. (AG 2/3)

El cuerpo hay que alimentarlo y ejercitarlo. (AG 2/4)

Retomar actividades enfocadas a hábitos saludables (JM 3/2)

Prioridades y apatías

Las demás personas no asisten por el trabajo académico y administrativo. (BE 1/4)

Lo más importante es la carrera que otras actividades. (JM 3/2)

Alternativas de horarios

Falta de horarios para la actividad física. (BE 1/3)

Horarios alternativos para no interrumpir el trabajo académico y administrativo. (BE 1/3)

Facilidad de horarios para facilitar la participación. (JM 3/2)

Vinculación y aceptación de la propuesta

Participación de dos administrativos (BE 1/2)

Los estudiantes comentan la importancia de la actividad física y el Deporte. (AG 2/3)

El coordinador de Veterinaria como el más interesado en promover la propuesta. (AG 2/7)

El interés de los profesores en especial la coordinadora de Bio-Médica por participar de la actividad física. (JM 3/4)

1.2.2. ANÁLISIS DE LAS CATEGORÍAS EMERGENTES

En las observaciones realizadas se encontró que la Actividad Física Formativa es una necesidad educativa de gran importancia que tiene la comunidad estudiantil de la UAN sede Popayán; hay agrado por alternativas de este tipo, como el gusto por el Deporte y la actividad física, logrando espacios para alternar con otra propuesta. El programa fue enfocado desde el disfrute y el goce, a través de actividades lúdicas, recreativas y dinámicas, la generación de hábitos saludables y al aumento de la autoestima.

Es así, como los estudiantes practicaron actividades y aceptaron la necesidad de la misma en promover y participar de la propuesta de la AFF, buscando horarios alternativos para no interrumpir el trabajo académico de la

Universidad, dando más importancia a otras actividades de su carrera, por lo que los estudiantes buscaron la facilidad de horarios para participar y retomar actividades enfocadas a la actividad física, el Deporte y la recreación.

1.2.3. PREGUNTAS GUÍAS.

Estas preguntas emergieron de los diarios de campo y se desarrollan por medio de un conversatorio

1. ¿Tiene algo que ver la actividad física con su vida cotidiana?
2. ¿Qué tipo de actividad física usted realiza, porque y cuanto tiempo le dedica?
3. ¿Por qué cree que la actividad física interviene en la formación de los estudiantes? , ¿Es necesario que la UAN las implemente?
4. ¿Qué tipo de actividades cree que son necesarias en un posible programa de actividad física para la universidad Antonio Nariño?
5. ¿Porque no hay participación de los estudiantes en la actividad física, si tienen espacios determinados dentro del horario de clase de algunos semestres?
6. ¿Cómo te gustaría que fueran las clases de actividad física y en qué espacios?
7. ¿Qué se puede hacer para motivar a los estudiantes a participar en las actividades de actividad física.

1.2.4. MATRIZ FODA

La matriz FODA surge a partir de cada una de las observaciones, conversatorios, y actividades realizadas con la población universitaria; es así como del diagnóstico participativo y del diagnóstico técnico se logro obtener información importante que nos aporoto las diversas posibilidades de estructurar un buen plan de trabajo; aquí encontramos fortalezas que son las que nos brindaran la fuerza para el proceso, las oportunidades que se convierten en el propósito a conseguir, las debilidades que se convierten en el reto a superar, y las amenazas que fueron el punto más álgido para consolidar una buena estructura y hacerla factible.

Fortalezas	Oportunidades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Apoyo por parte de los Administrativos, (Directora, coordinadores, Bienestar u.) 2. Hay recursos físicos y locativos. 3. Convenios interinstitucionales. 4. Aceptación por parte de algunos estudiantes a la práctica de la AFF, en su posible diversidad de alternativas. 5. Gran campus universitario, se pueden diversificar las actividades lúdicas y recreativas. 6. Bienestar Universitario como soporte académico para complementar la formación integral. 7. La posible integración de la Actividad Física Formativa al currículo académico. 8. La diversidad de espacios alternos y naturales para el desarrollo de actividades físicas 9. La posible asignación de recursos económicos para enriquecer el material didáctico. 10. La obligatoriedad de la actividad física de forma experimental por parte de los diferentes programas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asignación de un espacio dentro de los horarios para la AFF. 2. Apoyo académico para desarrollar espacios y actividades alternas a los académicos. 3. El carácter poblacional que en su mayoría es femenino. 4. Oportunidad laboral, al no contar con profesionales en el área de la Educación Física. 5. La AFF es un espacio donde los estudiantes tienen la oportunidad de interactuar e integrar un nuevo círculo social, entablando relaciones en ambientes recreativos y hábitos saludables. 6. El programa AFF, ofrece gran variedad de actividades, convencionales y no, haciéndola más interesante. 7. Utilizar al máximo escenarios deportivos, propios y aledaños. 8. Es flexible en el sentido de que los estudiantes proponen actividades recreativas y deportivas de acuerdo a sus necesidades, creando una satisfacción personal.

Debilidades	Amenazas
<ol style="list-style-type: none"> 1. El material didáctico es escaso, no variedad de elementos para la práctica de la AFF. 2. En algunos programas no existe el espacio académico pertinente para la AFF. 3. No hay horarios pertinentes para la AFF. 4. No hay una cultura universitaria integradora enfocada a actividades didácticas, recreativas limitándose a actividades académicas. 5. No se incentiva a la participación de la AF, es tomada como una opción no como necesidad de formación académica. 6. No hay participación ni apoyo por parte del personal administrativo y docente. 7. Son escasas las propuestas y ofertas de actividad física para la salud y la recreación. 8. No esta establecida de manera obligatoria y reglamentada la actividad física. 9. Las alternativas de actividad física ofrecidas, se refieren a los Deportes convencionales, con organización tradicional de competición. 10. La orientación de actividades deportivas con personal no calificado. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Limitación a la práctica de Deportes o actividades tradicionales, desaprovechando el potencial tanto humano. 2. Asumir el Deporte como competitivo de manera excluyente, de acuerdo a la capacidad y habilidad de las personas. 3. La apatía o desinterés por parte de algunos estudiantes hacia la AF. 4. La no utilización adecuada de los predios adecuados para una participación masiva de todos los estudiantes en actividades físicas y/o deportivas. 5. El sector administrativo no brinda garantías ni respaldo para el pleno desarrollo de la Actividad Física 6. La interrupción de la continuidad de las actividades deportivas ya existentes

1.2.5. ANALISIS.

Al interpretar la matriz, se establecieron diferentes posibilidades que intervinieron en el contexto universitario, bien sea en ventajas o desventajas, haciendo necesario intervenir para el beneficio formativo universitario.

Hay que resaltar la oportunidad que brindaron los docentes y administrativos de la institución a las actividades físicas dentro de sus espacios curriculares, ya que son espacios necesarios para alcanzar los objetivos 3 y 4 que están estipulados dentro del PEI de la UAN;

“3. Propiciar condiciones, académicas y de bienestar, para que cada miembro de la comunidad educativa complete y cualifique su proyecto de vida de manera que posibilite su plena realización personal.

4. Fomentar medios y procesos de formación integral de ciudadanos con pensamiento autónomo y crítico, que permitan el desarrollo de la creatividad y procuren establecer compromisos al servicio de la construcción de futuro de la sociedad.”

Además como futuros licenciados en Educación Física, fue una oportunidad para demostrar que la Actividad Física Formativa es fundamental dentro de la formación integral, que se pueda reflejar en las actividades académicas y en la vida cotidiana; cabe resaltar que la institución ofrece recursos físicos, locativos naturales y lugares aledaños que se pueden utilizar para diversificar las actividades a desarrollar, generando diversidad de estrategias recreativas, que incentivan al estudiante a crear su propio espacio personal.

Al interactuar con el medio y otros estudiantes, fue oportuno para establecer nuevas relaciones en un nuevo círculo social universitario, sin embargo su reflejo de apatía fue un efecto desfavorable para su integración, puesto que manifestaron aislamientos y discriminación hacia ellos mismos y algunas actividades. Por esta razón fue un reto planear estrategias pertinentes e incentivar a la comunidad estudiantil la práctica de actividades físicas.

Es necesario aclarar que dentro de los recursos físicos se encontró materiales didácticos, aunque escaso y poco variado no fue impedimento para plantear y diseñar alternativas para llevar a cabo el programa implementado, ya que fue aquí, en donde la creatividad y la innovación del docente y estudiante fue beneficiosa para lograr un mayor conocimiento.

Por otro lado las actividades planteadas en este momento por la institución, se enfocaron en actividades deportivas tradicionales, indisponiendo las opciones recreativas y saludables que de alguna manera no favorecieron la

cultura universitaria integradora que en ellos se promulga, fomentando poca participación; incentivando a tener Actividad Física Deportiva como una opción y no como necesidad de formación académica. También se tuvo en cuenta cómo la asignación pertinente y específica de horarios fue fundamental para obtener un espacio, para que los estudiantes participaran de forma activa y no interrumpir con sus actividades académicas.

Al contar con un promedio aproximado del 70% de mujeres, fue oportuno plantear actividades que estuviesen acordes con sus posibilidades, sin embargo fue necesario dar a conocer que estas actividades pueden desarrollarse por los dos géneros, ofreciendo variedad de actividades alternas y no focalizadas en actividades tradicionales o deportivas.

1.2.6. INTERROGANTES.

Aquí se plantearon interrogantes importantes y necesarios en la consecución de este proyecto; el primero es: ¿Cuál fue la ventaja o desventaja de ubicar el programa de Actividad Física Formativa dentro del Bienestar Universitario?, Por una parte fue ventajoso, ya que fue un soporte académico dentro del proceso, para la realización de actividades físicas, además aquí fue donde se diseñaron y se dirigieron las actividades para la comunidad universitaria, sin embargo fue en el proceso del diario de campo donde arrojaron datos que se tuvieron en cuenta para el análisis de resultados. Por otro lado, ¿Cuál fue el impacto conceptual al utilizar el nombre de Actividad Física Formativa y no Deporte Formativo?, al tener otro concepto estipulado, se generaron confusiones conceptuales, en la cual fue pertinente aclarar a través del proceso los fundamentos oportunos que se obtuvieron con la formación personal a nivel institucional; es así como fue necesario mantener la información ofrecida con criterio y con la dirección adecuada para alcanzar los objetivos requeridos institucionales y de nuestro trabajo de grado.

¿Los espacios físicos, locativos y aledaños son oportunos para la Actividades Física Formativa?

¿Por qué la Actividad Física es tomada como una opción y no como una necesidad formativa institucional?

¿Por qué el ambiente apático o desinterés de algunos estudiantes hacia la Actividad Física?

¿Por qué se focaliza en actividad deportiva, competitiva y tradicional?

¿Qué tipo de actividades y estrategias son oportunas para incentivar y mejorar una cultura universitaria integradora?

¿Las actividades deportivas tradicionales son necesarias para complementar y mejorar una cultura integradora?

¿Qué horarios son pertinentes para la Actividad Física Formativa?

¿Las actividades se deben focalizar de acuerdo al material didáctico encontrado en la institución?

¿Cuál es la ventaja o desventaja de ubicar el programa de Actividad Física Formativa dentro del Bienestar Universitario?

¿Cuál es el impacto conceptual al utilizar el nombre de Actividad Física Formativa en la Institución?

1.2.7. ALTERNATIVAS

La Actividad Física Formativo fue un espacio que permitió la posibilidad de integrar a la Comunidad Universitaria en espacios recreativos, artísticos y otros, por lo que la UAN con el apoyo de la parte administrativa y académica, pudo generar el espacio para fomentar la práctica de la AF enfocada hacia la formación, lo que permite ampliar la posibilidad de formación integral que promueve la Institución en su Proyecto Educativo Institucional, aprovechando el campus universitario para diversificar las propuestas y actividades como alternativas y complemento a la formación académica.

1.3. HALLAZGOS DURANTE EL DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL.

En esta etapa se identificaron los conceptos previos que los estudiantes tuvieron frente al proceso de implementación del Programa ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA desde el DEPORTE en la UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO SEDE POPAYÁN - CAUCA, se encontraron algunas características particulares del contexto, las cuales emergieron de la población beneficiada y que se consideraron importantes para comprender la situación hallada en la Institución al momento de empezar este proceso.

Algunas de ellas están relacionadas con el malestar que expresaban los estudiantes por el enfoque deportivista, con carácter competitivo y representativo, prevalente en la institución y otros con la atención institucional a su interés de formación.

A continuación se presentaran estas características:

1.3.1. PRÁCTICAS SELECTIVAS Y DISCRIMINATORIAS

1.3.1.1 LA PRIMACIA DEL DEPORTE CONVENCIONAL Y DE LAS DESTREZAS TÉCNICAS.

En las apreciaciones que los estudiantes compartieron, se expresó su inconformidad hacia las actividades deportivas que se vienen desarrollando institucionalmente, cuando decían: *“es para las personas que tienen resistencia, fuerza, los que juegan bien el futbol, a nosotros que casi no practicamos Deporte no nos tienen en cuenta, además es solo para los hombres. E08BRDA”* sintiéndose limitados y con pocas opciones de participar libremente y de acuerdo a sus gustos.

Aunque la ley 181 de 1995 nos dice que el Deporte: “es la específica conducta humana caracterizada por una actividad lúdica y de afán competitivo(...) mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas, orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales (p.18)”, las manifestaciones de los estudiantes nos llevan a pensar que el Deporte también se asume como limitador para muchas personas, condicionándose a objetivos discriminativos, como el alcanzar el máximo rendimiento para lograr una victoria.

Aunque se habla de generar valores desde lo deportivo a lo social; ¿dónde queda la exploración de las expresiones de todo ser humano cuando desarrolle algo?, en este caso, una actividad física, su deseo de descubrir y crear desde su propia iniciativa una posibilidad corporal que van a beneficiar a la formación integral como ser humano.

1.3.1.2. OBLIGATORIEDAD DEL DEPORTE EN LA FORMACIÓN ACADÉMICA

Según Navarro A V (2002) plantea que;

“La naturaleza diferenciada del Deporte profesional frente al juego se centra en aspectos que son la antítesis del juego, que incluso son participes del concepto del trabajo. En nuestra opinión, estos aspectos que son exclusivos de este tipo de Deporte son: seriedad, obligatoriedad, profesionalidad (más o menos encubierta) e institucionalización. En la medida que la característica de un Deporte se extralimita se aleja de la naturaleza del juego. Así cuando el Deporte se hace serio su juego no es alegre: cuando un Deporte se hace obligatorio no se hace libre (...) Sin embargo cuando el Deporte se práctica por iniciativa propia en un marco sin exigencias, el juego está presente”.

Aquí hay una breve diferencia entre el juego y el Deporte, donde el placer, la diversión y su alegría son aspectos que intervienen en el juego desde su propia naturaleza; el Deporte desde su seriedad obligatoriedad y

profesionalidad e institucionalización hacen parte del contraste del juego, como forma cerrada dentro de sus propias reglas, así como se realice determina la actividad, asumiendo sus propias características.

De esta manera se presentan dentro de las actividades desarrolladas una interpretación desvirtuada de lo que se pretendía realizar, expresando lo siguiente: *“Participo porque tengo que hacerlo, me da pereza hacer Deporte, casi no le prestó atención. E06BRDA”*. Dándonos a conocer que era obligatorio participar del Deporte, centrándose en este concepto de poca diversión, la falta de interés en su realización o por falta de atención de cómo se desarrollarían las clases de actividad física desde un principio.

La definición de Deporte desde la obligatoriedad, se percibe que al desarrollarlo se limitarían las actividades sin diversión y sin libertad para realizarlo desde los propios gustos y necesidades, según lo expresado por los mismos estudiantes; por esta razón el objetivo primordial estaba direccionado hacia un Deporte con características de juego, diversión, libre participación y de sano esparcimiento; en donde el estudiante participe de la ejecución de las clases, ofreciendo sugerencias y opiniones de realización.

1.3.1.3. EL VALOR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA LOS ESTUDIANTES.

Comenzaremos por mostrar que la Actividad Física Formativa para los estudiantes de la UAN, se constituyó en una representación importante para el desarrollo de hábitos cotidianos tanto deportivos como recreativos, que pueden utilizarlos en diferentes contextos para su beneficio; Devis (2000) la define como *“Cualquier movimiento corporal intencionado que se realiza con los músculos esqueléticos, resulta en un gasto de energía y es una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea”*. De esta forma su contribución amplia las diferentes

posibilidades de actividades personales, contribuyendo a una visión multidimensional cambiante, en la que interactúan simultáneamente la parte física, mental y social; ésta permite adquirir diversas sensaciones y experiencias desde su propio conocimiento corporal: “*el yo*”, la cotidianidad cultural de las relaciones sociales y la capacidad de movimiento corporal.

Dentro de los hallazgos se observó que algunos estudiantes consideraban la actividad física como “un ejercicio que podemos realizar en cualquier momento y en algunas veces sin darnos cuenta y es aquel donde ejercitamos el cuerpo para oxigenarnos y mantener una regularidad del estado físico. (E06JDSC)”; además manifestaron que “realizar algún tipo de ejercicio, significa estar en constante entreno, como el baloncesto, el voleibol y el futbol. “E07BRDA”. De esta manera, para ellos la actividad física se limita únicamente a una actividad orgánica o fisiológica, considerándola como movimiento corporal por medio de un ejercicio constante para obtener un resultado; además únicamente la representan las actividades tradicionales.

Es así como los estudiantes integran su intencionalidad al valor de la actividad física, porque contribuyen a la calidad de vida y la existencia del ser humano; por esta razón la actividad física al parecer fomenta espacios de satisfacción, interacción con los demás y la naturaleza, ayudando a valorarse como persona y aportando beneficios concretos a su bienestar, no solo subjetivos sino también en la condición de su dimensión social.

1.3.1.4. LA DISPOSICIÓN HACIA LAS PRÁCTICAS FÍSICAS, UNA OPORTUNIDAD DE SALUD, ENCUENTRO Y DIVERSIÓN

Ahora bien, con respecto a la disposición de las prácticas físicas, es fundamental tener en cuenta como las personas no solo se limitan a los espacios de la Universidad en este caso, sino también tener en cuenta el

tiempo libre que pueden utilizar cuando ellos lo disponen para su propia necesidad, de esta manera se define su fundamento para entenderlo y darle su posible solución, así Moreno, J. (2006) nos afirma lo siguiente:

“Los ambientes creados dentro de las clases de Educación Física resultan críticos para el desarrollo de sentimientos tanto positivos como negativos en las adolescentes hacia la actividad física (Derry, 2002) (...) (Kunesh, Hasbrook y Lewthwaite, 1992). En este sentido, las investigaciones coinciden en indicar que el aprendizaje de las experiencias positivas relacionadas con la actividad física durante la adolescencia afecta a los niveles de participación de los adultos (...) uno de los factores contribuyentes a la ausencia de compromiso en el Deporte y en el ejercicio hace referencia a malos recuerdos en clase de Educación Física, fundamentalmente, los que hacen referencia a una auto-imagen carente de competencia atlética”.

Es claro observar; como la influencia de la educación física en secundaria, es fundamental para el desarrollo de prácticas motivantes y participativas, que se ven reflejadas desde la adolescencia hacia la adultez, ya que las experiencias son sensaciones que intervienen en el proceso de desarrollo de una persona a nivel individual y grupal; en especial en los hábitos saludables de la actividad física, en las planificadas y en las del tiempo libre.

Se puede establecer la participación de los estudiantes no solo en las clases desarrolladas, sino también en su tiempo libre; así se considera lo siguiente: “Sí, soy una persona muy dedicada al Deporte, que le gusta integrarse en cualquier equipo de mi Deporte favorito. (E02BRDA)” y “si, los fines de semana, salgo el sábado a pasear en mi bicicleta por la mañana, el domingo me dirijo al parque de la salud para participar del baile deportivo que dura dos horas máximo. (E04BRDA)”. Así, puede determinar si los estudiantes habían tenido un proceso satisfactorio anteriormente, reflejando la participación en diferentes actividades, desde la iniciativa individual a las prácticas en su tiempo libre puede estar acorde a sus gustos y necesidades.

De igual forma, se percato que la inactividad de algunos estudiantes era algo ocasional por múltiples factores; en los cuales ellos consideran en sus manifestaciones; “Casi no hago ejercicio, vivo con una persona de edad mayor y no me puede acompañar, no es bueno invitarla a trotar conmigo, me da pereza hacer Deporte sola. (E01BRDA)”y “Casí no dedico tiempo, el estudio no me deja, dejan muchos trabajos. (E03BRDA). Aquí se observo la otra cara de la moneda; las personas que no realizan actividad física por múltiples razones; la más frecuente es la carga académica a la cual están sometidas, pero no es excusa simplemente, no se ha creado un habito de actividad física o se deja de practicar, ya sea por pereza o por la costumbre de realizar actividad física de forma conjunta.

No se puede olvidar, que en el desarrollo de las prácticas físicas se evidenció el desinterés por parte de algunos estudiantes en su realización, limitado o simplemente se adecuan a lo que tienen o la que pueden realizar, por esta razón al proponer las actividades se vio reflejada la poca posibilidad de darse a conocer y aprovechar lo que se pensaba desarrollar; así se tuvieron en cuenta los puntos de vista de los estudiantes: “Al realizar los juegos me percate que los estudiantes se limitan hacer lo que ellos habitualmente realizan: el Deporte tradicional o simplemente lo realizan (DR06JDSC)” y “sin embargo es algo confuso porque en vez de trascender para un bien, se desmerita o discrimina, desvirtuando el objetivo desde un Deporte saludable con un sentido humanista. (DR15JDSB)”. Tal como se observa, los estudiantes solo realizan las actividades como están habitualmente acostumbrados; limitando su participación o de alguna manera, se refleja que no está acorde a sus necesidades o gustos de las actividades desarrolladas.

Finalmente la actividad física se convierte en una forma práctica para socializar y la interacción con las demás personas en las diferentes actividades, acorde a sus necesidades y gustos; de esta manera la

motivación beneficia a todas las personas que puedan ser parte de forma participativa de las diferentes clases.

1.3.2 LA DIVERSIDAD DE PRÁCTICAS COMO POSIBILIDAD DE FORMACIÓN DESDE LA ACTIVIDAD FÍSICA

1.3.2.1 ASPIRACION A LA FORMACION DESDE LA DIVERSIDAD DE PRÁCTICAS

Acerca de la actividad física en la Educación Superior se expresa que; “es muy importante, sin embargo lo que dijeron no lo han cumplido. Como baloncesto voleibol y pimpón, solo queda en palabras; por eso hay que tener claridad en las cosas, porque los estudiantes necesitamos un espacio para distraernos y aprender un Deporte saludable. (E03JDSB)”. Esta fue el inconformismo de promesas que se quedaron en palabras por parte de las directivas, manifestando la necesidad de más espacios de intervención.

Es así como dentro del concepto de formación, se tuvo en cuenta la diversidad de conocimientos que por medio de la práctica llevan al individuo a integrar sus dimensiones.

“(...) al agregarse aquellas actividades y acciones pertenecientes al ámbito recreativo, lúdico, artístico y/o estético, las cuales a las y los estudiantes no solo les podría gustar, sino que también les alimentaría y les aportaría diferentes opciones de trabajar su formación humana desde lo motriceo y mediante lo lúdico, posibilitándoles descubrir y ahondar en otras dimensiones y modos para abordar su formación integral y su desarrollo humano, (Ortiz 2001).”

Aquí la formación integral se dimensiona a otros campos no solo el académico como tal, lo cual permite a la comunidad universitaria disfrutar de diferentes opciones, tal como lo manifestaron los estudiantes: *“Yo pienso que se deben aprovechar los diferentes espacios para darnos a conocer muchas*

actividades como lo hace usted porque, así podemos escoger lo que más nos gusta y poderlo practicar.E03JDSB”, buscando gran variedad de actividades que aporten en el mejoramiento de sus conocimientos.

La Actividad Física actúa como un componente del estilo de vida en sus distintas facetas: gimnasia, Deporte, educación física, las artes, el teatro, la danza entre otras, como también en el ámbito recreativo, lúdico, artístico y/o estético, constituyen actividades vitales para la salud, la educación, la recreación y el bienestar del hombre.

1.3.2.2. ASPIRACION A LA FORMACION DESDE EL DEPORTE

La Formación desde el Deporte se puede establecer como proceso integral que se encarga de dotar a las personas de una serie de capacidades, desde el punto de vista físico, funcional, motriz, intelectual y moral, que le permiten a éstos, realizar de forma exitosa la práctica de una modalidad deportiva, con resultados bastante favorables en la vida cotidiana.

Retomando las opiniones de algunos estudiantes en las que se manifiesta; *“yo creo que deben ser como están orientadas, pero deben aprovechar los Deportes como el baloncesto, el voleibol y al futbolito, además todos los espacios que aquí podemos tener, incluyendo a las mujeres. (E07JDSC)”*; de esta manera lo que pretendió fue desarrollar el Deporte de forma representativa, donde su propósito es el rendimiento deportivo, ligado a tendencias tradicionales del entrenamiento competitivo, además estas actividades deportivas limitan a los estudiantes a realizar de forma obligatoria sin tener en cuenta los gustos o intereses, que en algunos casos solo hay esa opción. Sin embargo tuvo en cuenta lo planteado en las clases de actividad física, en su variedad de prácticas que estuvieron bien acogidas.

De igual forma retomamos lo planteado por la ley 181 de 1995 título IV del Deporte, capítulo I art.16 donde define el Deporte formativo:

“Deporte formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas des escolarizados de las escuelas de formaciones deportivas y semejantes.”

El Deporte Formativo está encaminado a transmitir conocimientos teórico – prácticos, relacionados con el Deporte y la Educación Física, que contribuyan a la formación integral de la persona, encarga de coordinar y articular la formación académica en diferentes niveles y promover programas de formación permanente en la actividad física, Incluye además hábitos de vida saludable, higiene deportiva, nutrición, hidratación entre otros. Generando diferentes posibilidades formativas que aportan a cada persona a través de su propia construcción personal y de su proyecto de vida.

1.3.2.3 LA NECESIDAD DE APRENDER ACERCA DE LOS DEPORTES

Según la ONU (2005), en el año internacional del Deporte y la Educación Física se planteo;

“El Deporte y la educación física enseñan valores esenciales y destrezas de vida incluyendo la confianza en sí mismo, el trabajo en equipo, la comunicación, la inclusión, la disciplina, el respeto y el juego limpio; proporcionan igualmente beneficios psicológicos como la disminución de la depresión y el mejoramiento de la concentración; el juego y la recreación, tienen un impacto positivo en la educación del niño, usualmente mejora la habilidad del niño para aprender, aumenta su concentración, su asistencia a clase y su rendimiento en general. Los jóvenes aprenden mejor cuando se divierten y están activos, es un componente integral de una educación de alta calidad.”

El Deporte se convierte en una herramienta educativa que posee un sin número de posibilidades beneficiosas para la formación; no solo de niños,

también para los jóvenes, ya que al tener un componente integral genera en la educación un desempeño óptimo y de mejor calidad para el aprendizaje de diversas disciplinas académicas, incluyendo el mismo Deporte, que pueden ser incluidos en el proceso educativo para los países en vía de desarrollo.

En este sentido cuando los estudiantes indican que; “aprender más Deportes y poderlos practicar en la parte donde vivo, porque el voleibol y al natación son muy populares en Tumaco. (E04JDSB)”, consideran que no solo se debe limitar al aprendizaje de los Deporte tradicionales, sino diversificar su práctica, haciendo alusión en aquellos Deportes característicos o difundidos en las regiones de origen al ser populares donde se vive, hace que el Deporte practicado se experimente como medio de distracción y de mejoramiento en las actividades académicas, lo que conduce a no percatarse de todo lo que se consigue dentro del Deporte como valor.

A través del Deporte, cada persona puede vivenciar diferentes contribuciones que se pueden reflejar en un impacto positivo dentro del crecimiento personal, además si se desarrolla de forma continua mejoran la salud y el bienestar. Teniendo en cuenta que el Deporte debe ser de forma recreativa para que el impacto sea más duradero y continuo, ya que al ser recreativo permite ampliar el campo de acción a nivel educativo y formativo para la vida.

1.4. SITUACIÓN A INTERVENIR

La Universidad Antonio Nariño – UAN, promueve la formación integral, entendida esta como proceso permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y deberes, (Ley General de la Educación, Art. 1); creando la oportunidad de una cultura integradora con sentido de proyección social; autonomía en la diversidad cultural del país, profesionales competentes e idóneos a desarrollar conocimiento, habilidades o destrezas y ciertas disposiciones actitudinales, que se complementan con competencias comunicativas, profesionales, artísticas, deportivas, culturales, sociales y físicas, enfocada en diversas prácticas como un espacio recreativo, lúdico y formativo; por lo cual requiere instituir un programa pedagógico para la práctica de la Actividad Física con carácter Formativo, como espacio de interacción social, física, y psico-afectiva, posibilitando al estudiante reconocerse, construir proyectos de vida y proyectarse al mundo de hoy dentro de la formación como futuro profesional.

Al implementar el Programa Actividad Física Formativa desde el Deporte en la UAN, se generó un espacio fundamental para la formación personal, profesional y social del ser humano; realizable en cualquier tipo de acción, propiciando en el ser humano, descubrir y generar nuevos espacios para construir un proyecto de vida, desde diversas dimensiones físicas, psicológicas, afectivas y sociales; así mismo se optimizó hábitos y estilos de vida saludable en pro de reducir el riesgo de padecer ciertas enfermedades y afecciones; así se analizan las posibilidades institucionales, desde el punto de vista académico, que se ofrecen para la implementación de un Programa Actividad Física Formativa en la UAN, para determinar si los resultados que a cierto plazo se logran obtener, son los adecuados.

En la Universidad Antonio Nariño sede Popayán, expreso una disponibilidad física, material didáctico, una organización administrativa académica y estudiantil, para retomar aportes del Programa AFF de la Universidad del Cauca; en este sentido se afirma que existió un contexto adecuado para la Implementación del programa de Actividad Física Formativa desde el Deporte en la Universidad Antonio Nariño sede Popayán.

Un primer aspecto en esta implementación, es la utilización del nombre Actividad Física Formativa, que se considero como un concepto adecuado y pertinente al fortalecimiento de la formación integral de los estudiantes de la Universidad Antonio Nariño, sede Popayán.

Es importante analizar y resaltar, qué fue el nombre lo que dio el sentido Formativo a la propuesta ya existente. Para ello era necesario destacar los resultados formativos que se obtuvieron en los estudiantes, que fueron significativos en la consecución de los procesos formativos.

La orientación Formativa con carácter Integral con que el programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca se desarrolla, es fundamental en la formación de los estudiantes como seres humanos, ciudadanos y profesionales, en los cuales está acorde a los planteamientos de la misión y visión de la Universidad Antonio Nariño, sede Popayán.

Con respecto a las actividades a desarrollar, no se ofreció un abanico de cursos como lo hace la Universidad del Cauca, puesto que la población beneficiada con este programa es muy limitada; son aproximadamente 100 estudiantes, focalizados en grupos determinados, sin embargo se mantuvo la idea de flexibilizar las actividades deportivas ofrecidas, haciéndolas modificables, participativas, creativas y no discriminativas,

Vale la pena indicar que a través del proceso, se hicieron modificaciones constructivas en el diseño curricular que se basó en la implementación del Programa de Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, puesto que se tuvo en cuenta el contexto que caracteriza a la Universidad Antonio Nariño, sede Popayán, el cual obligó replantear el diseño del Programa a partir de las necesidades e interés académicos que la institución requería.

Por esta razón el diseño curricular fue ajustando a través del proceso de implementación, resaltando que solo se tendrán en cuenta aquellos aspectos del Programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca, compatibles con el contexto educativo de la Universidad Antonio Nariño, sede Popayán, como fueron: la metodología, reglamento, evaluación, cobertura e inscripciones, entre otros, aunque esto no significó no modificarlos, fueron ajustados de acuerdo a las características que presentaron en este contexto en particular. Por esta razón surgió la pregunta:

¿Qué tipo de acciones y estrategias son oportunas desde el Deporte, para dimensionar e instituir el Programa Actividad Física Formativa en el contexto de la formación integral de los estudiantes de los programas de Pregrado en la Universidad Antonio Nariño sede Popayán?.

¿Qué tipo de actividades y estrategias son oportunas para incentivar y mejorar una cultura universitaria integradora?

¿Las actividades deportivas tradicionales son necesarias para complementar y mejorar una cultura integradora?

1.5. JUSTIFICACION

La Actividad Física Formativa puede intervenir en la formación de los estudiantes universitarios, al tener un campo de expresión y de construcción, bien sea de tipo laboral, artística y deportiva, hacia un mayor sentido dentro de la propia iniciativa; además, sirve de medio hacia la recuperación y el fomento de buenos hábitos saludables y el buen aprovechamiento del ocio y tiempo libre en la sociedad.

Mediante la implementación de la Actividad Física Formativa en la Universidad Antonio Nariño (sede Popayán), se aspira ampliar la visión del programa, como un espacio de interacción social, física y psico-afectiva, generando mayor posibilidad al estudiante universitario de conocerse, construirse y proyectarse al mundo de hoy dentro de su propia formación como futuro profesional; de esta manera, su formación integral tendrá una base más sólida.

Actualmente se generan nuevos campos de intervención que con la Actividad Física Formativa, complementa y fortalece los servicios que presta la Universidad, el Bienestar Universitario, establece parámetros educativos, con lo cual se busca es hacer una experiencia desde la Actividad Física como un componente esencial dentro de la Formación Integral que brinda la Institución, fomentando cambios en la personalidad, la identidad y la calidad de vida de los beneficiarios del programa.

La UAN (sede Popayán), abre las puertas para que personas idóneas en el campo del Deporte y la recreación, presenten propuestas en las cuales se complemente la Formación integral, la UAN cuenta con escenarios deportivos y campo abierto, un espacio pertinente para que personas con perfil profesional lo utilicen adecuadamente en actividades deportivas,

recreativas y lúdicas, donde más elementos didácticos tienen para el aprovechamiento del tiempo libre y complementario a sus actividades cotidianas dentro de los salones de clase.

Es apropiado y necesario para la Universidad implementar un programa académico con sentido de pertenencia; es decir que motive a los estudiantes, los docentes y el personal administrativo a identificarse con la Institución dentro y fuera de ella, no sólo en actividades con los programas académicos ofrecidos, que hagan como suya una propuesta diferente dándola a conocer a las demás personas; desarrollando profesionales competentes en ampliar los conocimientos, habilidades o destrezas y ciertas disposiciones actitudinales, que se complementan con competencias comunicativas, artísticas, deportivas, culturales, sociales, físicas, etc. Es importante tener presente que la formación integral y el programa de Actividad Física Formativa, fundamenta un enriquecimiento académico donde interactúa lo educativo y lo formativo, lo teórico y lo práctico, que en esencia lleve al estudiante como persona a procurar el bien común, su realización personal, y desarrolle sus aptitudes para la vida.

El programa de Actividad Física Formativa en el desarrollo de la propuesta posibilita un acercamiento a aportes tanto teóricos como prácticos en el área de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, que nos brinde las herramientas para mejorar el campo de acción y de intervención, ya que desarrollada de forma periódica, coherente y estructurada, aportar nuevas concepciones acerca de los beneficios del programa, conceptos y definiciones de los propósitos del mismo, así como nuevas contribuciones hacia la estructura metodológica que mejorará el servicio que se ofrece para con el programa.

1.6. PROPÓSITOS

GENERAL

Implementar el programa Actividad Física Formativa desde el Deporte, dentro de la dependencia del Bienestar Universitario de la UAN sede Popayán, como soporte a la formación integral de la población estudiantil, a partir del programa Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca.

ESPECIFICOS

- Elaborar un diagnostico participativo con los estudiantes de pregrado de la UAN sede Popayán, para determinar fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas presentes, para la estructuración de la propuesta pedagógica del Programa Actividad Física Formativa.
- Diseñar una propuesta pedagógica del Programa Actividad Física Formativa para la UAN, desde el Deporte Saludable, acorde a su modelo pedagógico y curricular; que fortalezca los procesos formativos de la institución.
- Ejecutar la propuesta pedagógica del programa Actividad Física Formativa diseñada para la población estudiantil de la UAN, según los espacios académicos designados en cada uno de los programas de pregrado de la sede Popayán.
- Evaluar la propuesta pedagógica del programa Actividad Física Formativa, desde la perspectiva de los estudiantes de pregrado de la UAN sede Popayán.

1.7. METODOLÓGICA

1.7.1. ENFOQUE DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

Para realizar esta práctica social se acudió al concepto “implementar”, visto como la posibilidad adecuada para realizar las fases que implican un proceso de planeación (Álvarez I. 1997), es decir, la realización de un diagnóstico institucional, un diseño, una ejecución y la evaluación del proceso.

La definición de implementación dada por Berman que, *“consiste en la adaptación de una idea innovadora en su puesta en acción dentro de una institución”* nos permite darle mayor claridad al uso que se buscó dar a este concepto, en tanto involucra *“La efectiva implementación por parte de los actores, que parece estar caracterizada por una adaptación mutua de ellos a través de la claridad que tengan acerca de los objetivos de la innovación y los comportamientos funcionales requeridos”* (1981, p. 273).

Para ello, se debía considerar la dimensión del término implementar, ya que al intervenir académicamente en la UAN, desde la AFF, se observó la funcionalidad que generaría la utilización de un concepto apropiado.

Este concepto alude a una realización procesual por etapas. En este caso, el diagnóstico se orientó, hacia el desarrollo del Programa de Actividad Física Formativa desde el Deporte en la Universidad Antonio Nariño.

Entendemos diagnóstico institucional como aquella acción determinante para planear la propuesta inicial en la UAN sede Popayán; sobre qué elementos se contaron para ir realizando el diseño del Programa y como se debía llevar a cabo, considerando el contexto institucional el cual se intervino; es así, como la revisión documental, las observaciones de prácticas cotidianas,

necesidades de los estudiantes, Infraestructura locativa, material didáctico, recursos humanos, y económicos, fueron algunos aspectos que se examinaron para la elaboración de la propuesta, acorde a los requerimientos observados y lo que queríamos ofrecer para la formación académica de la comunidad estudiantil; de esta forma se contó con algunos de los argumentos en la formación académica y curricular necesarios para obtener la aceptación y el reconocimiento de la implementación del Programa.

Durante el proceso se toma en cuenta la importancia que tienen los protagonistas para elaborar la propuesta pedagógica a partir de la idea original, ajustada a las necesidades institucionales requeridas, lo cual nos lleva al diseño; al hablar del diseño del Programa Actividad Física Formativa; la primera etapa es una acción inicial al adaptar la idea innovadora. Aquí se revisaron diferentes conceptos que se utilizaron dentro de la propuesta, como fueron: Actividad Física Formativa, Deporte Saludable, Recreación, currículo, normas y leyes educativas a nivel nacional y demás aspectos que son necesarios dentro del esquema estructural implementado, permitiendo dar claridad a los apartes para su elaboración correspondiente y comprender con la mejor seguridad lo que se desarrollo.

En la segunda fase, se ejecuta la propuesta, mediante las acciones que van en busca del logro de los objetivos del diseño; la puesta en ejecución del diseño del Programa AFF en la UAN, fue el reflejo de la labor académica que se desarrollo y se planifico con anterioridad; la primera acción fue la socialización de la propuesta pedagógica con el Bienestar Universitario, que fue el lugar donde se ubico para su realización.

Fue así, como se explicaron las diferentes actividades desde el Deporte saludable dentro de la propuesta; aquí se encuentran: los planes curso desarrollados, los horarios y la frecuencia semanal; aclarando que no

podíamos disponer del horario de los estudiantes, solamente los asignados desde el Bienestar Universitario; el manejo de las notas, faltas e informes periódicos ya que el programa se articulaba con las áreas de bienestar universitario, en este caso la AFF tenía un 20% de la nota definitiva de cada parcial mensual, la preparación de clases, evaluaciones y la asistencia a reuniones; es así, como se inicia el primer acercamiento con la UAN para dar a conocer el Programa AFF para la comunidad estudiantil.

Al haber utilizado y diseñado los instrumentos para el programa AFF en la UAN, se recolecto la información disponible dentro de las actividades directas e indirectas realizadas, considerando las posibilidades a presentar en los diferentes momentos de su ejecución; así, mismo al ser un trabajo individual no se limito a la observación de actividades, conversaciones individuales y grupales, se trata ante todo socializar la información oculta ignorada con los estudiantes, procurando mantener una comunicación continua de las experiencias y aprovechar al máximo la información recolectada.

En la tercera etapa se evalúan los resultados obtenidos de la propuesta, que emergieron hacia los objetivos propuestos, ajustándose a las posibilidades que se presentaron. Así mismo el obtener algún resultado, dependerá de la forma cómo la idea innovadora se adaptó y contribuyo en la satisfacción de las necesidades existentes de la formación académica institucional.

1.7.2. SISTEMATIZACIÓN PARA EL ANÁLISIS DE LOS HALLAZGOS.

Para definir de manera clara y sencilla el concepto de sistematización, citamos a (Coppers, F. 2005) quien lo plantea como: *“la reflexión de la experiencia. Aún cuando la reflexión no es nada sistémica y tampoco intencionada siquiera, esta disposición a sacar las lecciones de nuestra experiencia cotidiana, incluso las más triviales”*; aquí el aprendizaje

fundamentalmente adquiere su importancia a medida que se va experimentando cada momento durante el proceso, en el cual se perfecciona a través de la construcción de herramientas que pueden ser necesarias para el desarrollo en un contexto determinado.

Es así como durante la práctica social en un contexto como fue la Universidad Antonio Nariño; se recopiló toda la información necesaria para construir la propuesta pedagógica que fue implementada de forma pertinente, la cual en el proceso de reflexión de la experiencia estuvo sometida a un momento que fue necesario para consolidar el desarrollo; de esta manera la sistematización por procesos fue la forma adecuada para describir metodológicamente el proceso de la recolección de información en el desarrollo del proyecto, que consiste en: *“aplicarse a una situación de interacción que se considera concluida o, por extensión, a un proyecto de desarrollo acabado pues solo sí se puede tener una idea completa del mismo”*. Este modelo da la posibilidad de mirar un proceso, en este caso una propuesta pedagógica que tiene un inicio y un final, analizando sus resultados como un producto que se vivencia a través de la interacción en diferentes momentos.

Por esa razón, la reflexión de la experiencia plantea al final del proceso un interrogante ¿Cómo lo hacemos? dando a conocer cuáles fueron los pasos a seguir para alcanzar un objetivo propuesto y como este puede trascender dentro de lo que se desea como proyecto.

Por esta razón al utilizar la sistematización en la implementación del programa AFF en la UAN, se realizaron de forma periódica la revisión de los procesos en la propuesta pedagógica para ir consolidando de forma pertinente cada uno de los apartes de la información encontrada durante el transcurso, que a la postre se convirtió en el programa Actividad Física Formativa

implementado, y que está consolidada en todo este documento como la experiencia significativa para mi proyecto de vida.

1.7.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

La investigación documental es un paso necesario para el uso de la información disponible que se obtuvo en las manifestaciones que fueron sistematizadas; de esta manera las técnicas e instrumentos utilizados constituyen una etapa obligatoria para el proceso de la investigación en la práctica social. Es así como se optó por la utilización de técnicas e instrumentos, que posibilitaran la corroboración de los resultados a través de su articulación, utilizando al autor Miguel S Valles Martínez 1999 de su libro, “técnicas cualitativas de investigación social”, para recopilar la información que se obtuvo en el proceso de práctica social; entre ellos se tienen:

“En el campo, el investigador considera que toda conversación entre él y otros como formas de entrevistas”, es así como en cualquier momento de una conversación dentro de un proceso de investigación se considera una entrevista, en la cual conduce a oportunidades para encontrar alguna información requerida de lo que se quiere indagar. De esta manera se utiliza esta técnica para obtener de primera mano los diferentes puntos de vista que se pueden obtener al realizar una actividad dentro de las experiencias, vivencias, expectativas y sentimientos que las personas indagadas.

Una de las técnicas utilizados para la realización de la implementación fue la entrevista focalizada, al permitir por medio de su indagación cuatro criterios que resultan productivos; Direccionalidad, al tratar que las respuestas sean espontáneas o libres para no ser forzadas o inducidas; Especificidad al generar respuestas concretas, no difusas; Amplitud en la indagación de variedad de experiencias; y la Profundidad y Contexto Personal en la

determinación de las respuesta su la experiencia si tuvo significado, de esta manera al articular estos criterios nos llevan tener una profundidad en las respuestas que se desean obtener.

Es así, como la entrevista focalizada ofreció aportes al programa, mediante sugerencias y beneficios que ellos mismos obtuvieron desde su propia vivencia; logrando conseguir de primera mano los puntos de vista, pensamientos y sentimientos que los estudiantes nos ofrecieron y que fueron consolidados en el documento de la guía de entrevista. (Ver en el anexo 1).

La observación participante como la técnica utilizada para la recolección de la información de forma individual, se define como: *“estrategia metodológica compuesta por una serie de técnicas de obtención y análisis de datos entre la observación y la participación directa (...) donde hay una mezcla de entrevista a gente, se analizan documentos del pasado, se recopilan datos censales, se emplean informantes y se realizara observación directa.”* Es así como la observación que se realice al ser participativa nos genera una ampliación de los aspectos que se quieren observar, no limitando la exploración natural de los fenómenos que se puedan presentar, facilitando el acceso del investigador al significado que dan los actores en su actividad, pues el rol que se asume permite pedir aclaraciones.

Otra técnica utilizado fue el diario de campo, el cual recogió los puntos de vista de las observaciones, recopiladas en primera instancia en notas condensadas de primera mano y en ideas claves, de lo que el observador ve y oye, sin dejar de anotar lo que sucedió; seguidamente se registra el lado personal desde las experiencias, sentimientos e interrogantes a través del diario de campo; es así como se diseño una guía para ir consignando todos las apartes de la información necesarias que se recopiló y que permitió

corroborar las manifestaciones encontradas durante todo el proceso la información de las entrevistas.(Ver en el anexo 2).

La última técnica utilizada fue la biografía, como *“una forma para designar relatos de toda una vida como narraciones parciales de ciertas etapas o momentos biográficos”*, este instrumento nos permite diversificar desde cualquier momento y enfoque lo que se quiere consignar como historia de vida, así la recopilación de la información se convierte en una reflexión personal en la cual queremos resaltar.

Así el instrumento utilizado fue la historia de vida “el diario personal”, como una forma práctica de contar lo que se vivencio en un momento dado desde la propia perspectiva, considerando que no solo hay que referirse a un solo individuo pueden intervenir un grupo social el cual ha sido objeto de un investigación; este instrumento permitió documentar los diferentes momentos del proceso de trabajo de grado, desde la asesoría y el trabajo personal realizado. Por esta, durante este transcurso se encontraron diferentes hallazgos, que nos llevaron al diseño del Programa, necesarios para los obtención de los resultados oportunos hacia el desarrollo del informa final para el proyecto de grado. (Ver en el anexo 3).

1.7.4. CODIFICACIÓN

En la evaluación, se realizo un aspecto importante, como fue el análisis de la información recolectada al organizar los hallazgos encontrados; este proceso tomo varias semanas para darle la coherencia oportuna, desde su primera agrupación hasta la organización de las categorías interpretadas para el informe final; aquí se diseño una codificación que se ajusto a los datos emergentes; las entrevistas se denomino E07JDC, el cual se entendía como “E” entrevista, “07” número de entrevista, “J” Jimmy, “DS” Deporte Saludable

y “C” el grupo asignado; y para los diarios de campo DR11JDSB, el cual se entendía como “DR” diario de campo, 11 el número de diario, “J” Jimmy, “DS” Deporte saludable y “B” el grupo asignado; de tal manera que ofreciera un mejor entendimiento de los hallazgos encontrados; por otra parte la historia de vida no se codifico, ya que esta información fue utilizada exclusivamente para el informe final personal.

La clasificación por similitud de ideas y la agrupación organizada de las respuestas, permitió dar la magnitud de los hallazgos obtenidos, al verificar cada una de las posibles categorías que podían surgir a través de su interpretación; fue algo complejo porque fueron 40 preguntas en cada entrevista para 18 entrevistados, lo cual implico analizar las respuestas para organizarlas logrando agruparlas, anexando un color que las identifico en la posterior categorización..

La categorización de la información; pasó por la agrupación de similitud de respuestas, de ideas por colores, por nombre, y por categorías; así cada aspecto encontrado se analizo, socializo y se tomo la decisión correspondiente para ver si lo teníamos en cuenta o no para su confrontación

Lo mismo sucedió con los diarios de campo, los cuales se aplico la misma agrupación y categorización, pero aquí sus nombres o títulos o categorías principales ya estaban definidos con anterioridad, el cual fue fácil agruparlos, al darles los colores correspondientes y agruparlos en sus ideas, para determinar cómo se anexarían al informe.

Mediante los resultados obtenidos, se generaron el afianzamiento para la fase final de la implementación, al dar a conocer y verificar las posibilidades más adecuadas y más oportunas, para consolidar el diseño definitivo del Programa AFF.

1.8. DISEÑO

Para el diseño de la Propuesta Pedagógica en la dependencia del Bienestar Universitario de la UAN, sede Popayán, se tuvo como referencia el documento que soporta el programa de Actividad Física Formativa de la Universidad del Cauca. Realizando ajustes necesarios de acuerdo al contexto de la Universidad Antonio Nariño.

A continuación se presenta el diseño de la propuesta pedagógica elaborada, la cual sirvió de soporte, para la elaboración de los planes curso:

1.8.1. PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA PARA LA UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO – SEDE POPAYÁN

PRESENTACION

Al abordar el concepto de Actividad Física desde una perspectiva pedagógica, se puede integrar y facilitar el desarrollo personal y formativo de la comunidad universitaria en torno al Deporte, incentivando a la Institución a crear ambientes de participación, en donde la creatividad y la autonomía sean parte esencial dentro de la transformación crítica en el ámbito social y profesional. Según su concepción la Actividad Física Formativa aborda “*El desarrollo físico, psico-afectivo, espiritual y social*”, al amplía las posibilidades de una institución hacia la formación integral dentro de la formación humana.

El programa Actividad Física Formativa en la Universidad Antonio Nariño, sede Popayán, se visiona como un espacio curricular amplio de interacción social, físico y psico-afectivo, para los estudiantes, que ofrece la posibilidad de ampliar el conocimiento de sí mismos, construirse y proyectarse desde las

actividades físico-deportivas, para propiciar una formación profesional y personal dentro de una base académica sustentada en el desarrollo humano.

La Actividad Física Formativa que se pretende orientar, supone una perspectiva abierta y menos selectiva, buscando el desarrollo del sentido crítico y la capacidad de descubrimiento de nuevas posibilidades de los estudiantes de primer semestre de los programas de pregrado; implicando una mirada del cuerpo y de sus capacidades, y así mismo la posibilidad de la búsqueda de posibles soluciones ante los problemas planteados.

El contexto institucional específico a desarrollara la propuesta en la Universidad Antonio Nariño, es el departamento de Bienestar Universitario; en este espacio la Comunidad se beneficia participando de sus programas de formación en “*salud, cultura, desarrollo humano, promoción, recreación y Deporte*”, donde más elementos didácticos existe para el aprovechamiento del tiempo libre y complementario a las actividades cotidianas dentro de los salones de clase; buscando que la comunidad Universitaria tenga un nivel socio cultural armónico, con una buena calidad de vida en el campo de desempeño; además, se cuente con un espacio social, deportivo y recreativo, se hagan partícipes en el sano esparcimiento, el juego, la lúdica, y sean protagonistas para la promoción de la Salud, fortaleciendo los valores en la participación, la solidaridad, la autonomía, la tolerancia y el respeto como ciudadanos en formación.

El modelo pedagógico acorde a nuestra propuesta y que se asimila al Proyecto Educativo Institucional es el Constructivista, pues ve el aprendizaje como un proceso en el cual el estudiante construye activamente nuevas ideas o conceptos basados en conocimientos presentes y pasados. Para ello se complementa la propuesta con los pilares de la Educación, al plantear que debe estructurarse en torno a cuatro aprendizajes fundamentales para el

transcurso de la vida; con mayor sentido y estos son: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser.

Es importante tener presente la evaluación, entendida como el proceso permanente a través del cual se obtiene información confiable y permanente para valorar el estado de los diferentes aspectos con miras a fortalecer los elementos positivos y corregir aquellos en los cuales existen dificultades.

Para ello la evaluación debe ser participativa, permanente e Integral.

1.8.2. PROPÓSITOS DEL PROGRAMA.

Enriquecer y facilitar los procesos de formación integral en los estudiantes de la UAN, promoviendo su participación en los procesos de aprendizaje y crecimiento personal, a través de espacios académicos, formativos y curriculares en torno a acciones pertenecientes a lo recreativo y lo deportivo.

Aportar opciones de trabajo en su formación humana, desde su experiencia, su autonomía, el autodescubrimiento, la ética y la diversidad cultural, como una contribución permanente, comprometidos a la igualdad, el respeto, la identidad y en su proyecto profesional para la vida.

Proporcionar la oportunidad de explorar, dimensionar y valorar el Deporte, como objetivo al desenvolvimiento pleno del sujeto en una forma consciente de adquirir hábitos y estilos de vida saludable y contribuir a la correcta utilización del tiempo para una mejor calidad de vida.

Permitir a los estudiantes de los programas de pregrado de la UAN, la proyección social desde sus múltiples facetas y dimensiones complejas, como son; la comunicación, la expresión, la indagación, la creación, la

comprensión y el trabajo en equipo. A partir de la integración y de la convivencia como, elementos esenciales para el sano esparcimiento

Contribuir al desarrollo curricular de la UAN, mediante la intervención de la práctica del Deporte en la formación académica del estudiante, enriqueciendo la proyección en el plan estudios y redimensionando los procesos educativos que se plantean en la educación superior, dentro de un enfoque pedagógico más integral.

1.8.3. REFERENTES JURIDICOS Y NORMATIVO

A través de las leyes del Gobierno Nacional Colombiano se pueden garantizar la buena utilización de la educación y la actividad física como un derecho fundamental.

El artículo 52 de la Constitución Política Colombiana (1991), reconoce y garantiza a la población Colombiana la práctica del Deporte y el aprovechamiento del tiempo libre, fomentando actividades como un derecho democrático. De esta forma por ley se garantiza la manifestación deportiva, recreativa como formación integral preservando la buena salud como parte de la Educación pública y privada, además el art. 1 y 7 se protege la diversidad étnica que existen entre los colombianos y así lograr una mayor participación de la comunidad en la actividades físicas educativas.

A partir de la ley 115 de 1994 artículo 5, Fines de la educación o Ley General De Educación en Colombia;

“Garantiza el pleno desarrollo de la personalidad sin limitaciones (...) dentro del proceso de formación integral, físico. Psíquico, intelectual, moral, espiritual, social, afectuoso, ético, cívico y además valores humanos“. Y”la formación para la promoción y prevención de la salud, higiene, la prevención

integral de problemas sociales relevantes; la educación física y la recreación, el Deporte y la utilización adecuada del tiempo libre”.

Es claro como la Ley 115 respalda sin limitaciones y garantiza en los diferentes niveles educativos la Actividad Física enfocada hacia la recreación y hacia el Deporte; trasciende no solo en un área específica, va a un nivel formativo integral y adecuado dentro del desarrollo de las actividades físicas educativas. También se considera que la Educación Superior está regulada por una ley especial (Ley 30 de 1992) que asigna el Bienestar Universitario como facilitados, estipulado en el Artículo 117; que deben garantizar programas orientados al desarrollo físico, psico-afectivo, espiritual y social en la comunidad universitaria, generando un soporte donde se obtengan y desarrollen formas pedagógicas dirigidas a la formación integral.

De igual forma, en la realización anual de los Plenos de Bienestar Universitario de ASCUN, se afirman la satisfacción de las necesidades de los estudiantes dentro de los proyectos pedagógicos, de acuerdo a la misión y los objetivos de la instituciones universitarias; al tener en cuenta las dimensiones biológica, psicológica, social y espiritual dentro del ámbito de formación integral, que debe aportar el Bienestar Universitario en procesos que contribuyan en la formación de ciudadanos y personas éticas que se integren armónicamente a la cultura universitaria. Es así como las manifestaciones artísticas y vitales involucren como un todo a la ciencia, la tecnología, las humanidades, el arte, la proyección social, las vivencias humanas y en especial el Deporte.(Flórez M 2009)

La ley 181 de 1995 en su Artículo 3 literal 1 establece como objetivo, integrar en la educación las actividades físicas, deportivas y recreativas en el Sistema General en todos sus niveles. En el Artículo 3 literal 4 y 17 reconocer estas actividades como proceso de formación integral, tanto en lo personal como lo comunitario, igualmente el Artículo 16 como Deporte Universitario,

complementa la formación de estudiantes en la Educación Superior, incluyéndolo en los procesos académicos.

El Gobierno Nacional promueve el desarrollo de la Actividad Física, garantizando la calidad Educativa de forma integradora en cada institución educativa; la asignación de un área llamada Deporte Formativo dentro del currículo institucional, como necesidad, pero es la Universidad del Cauca que hasta el año 2001 utiliza este concepto, "*cambiándolo al nombre Actividad Física Formativa*" (Acuerdo No. 015 del 2004). Buscando un mayor sentido de pertenencia, cuya consigna es mejorar la calidad de vida y fortalecer la formación profesional dentro y desde una educación con carácter integral, creando nuevos campos de acción.

Es así, como la Universidad Antonio Nariño a través del acuerdo 03 del 21 de Mayo de 1995, establece las "Políticas del Bienestar Universitario" en concordancia con las normas de Educación Superior; abre la participación a la comunidad universitaria dando una mayor organización. Define las áreas de acción específicas de los departamentos de bienestar así: salud, cultura, desarrollo humano, promoción socio-económica, recreación y Deportes, como tareas a cumplir por el Bienestar Universitario en las Instituciones de Educación Superior (Acuerdo No. 02 de 2005).

1.8.4. REFERENTE PEDAGÓGICO

1.8.4.1. CONCEPCIÓN DE PEDAGOGÍA

"La pedagogía es asunto de todos" (Mockus 1997 citado por Pino S. 2005), al considerarse como un factor social distinguido, no pertenece únicamente a los docentes sino también a los estudiantes, siendo un compromiso en conjunto, ya que existe un gran número de personas involucradas en este

proceso: la comunidad local, la sociedad civil y el estado, que involucran procesos de interacción experimentadas y aprendidas durante la vida, es componente esencial de la reflexión práctica desde la misma acción educativa que requiere de la laboriosidad, la crítica educativa en ella y para ella, desarrollo que trasciende la educación propositiva, argumentativa y transformada; es así, como en la Educación Superior debe llevarse a un proceso de integración y articulación de un movimiento intelectual y académico “transdisciplinariedad”, en el cual los estudiantes tengan una apertura en el conocimiento, que permita facilitar y construir un espacio al comprender las realidades del mundo actual.

Pero éste proceso teórico y de conceptos intelectuales y académicos, son de constante construcción, invitando al maestro a la constante reflexión y pensar en sus diferentes componentes; ente ellos tenemos los procesos de transformar el conocimiento en entornos sociales, labores cotidianas, comportamiento entre personas y la metodología, que se beneficia a través de su interpretación, análisis, construcciones y reconstrucciones del saber tanto en la teoría como en la práctica; en la ciencia del saber, demuestra la práctica y la experiencia de los docentes que establece una relación en tres dimensiones entre estudiante, docente y conocimiento; de permanente interacción y que involucra a la persona en su interioridad como su entorno social; deja de ser un saber que solo se queda en los escritorios de los pedagogos a construirse en el trabajo de campo, es lograr que nuestros estudiantes piensen en su propio proceso educativo, comprendiendo cual ha sido su papel como estudiante (Pino S. 2005).

Mediante el Programa Actividad Física Formativa, su pedagogía pretende articular en el proceso de formación personal de los estudiantes, la construcción de conocimientos integrativos en el cual involucre diferentes saberes, como objeto de estudio educativo que conlleve a formar un carácter

crítico y a la vez creativo, resolver problemas individuales y en la humanidad, dentro del contexto en su problemática social y económica, en una realidad cambiante que se puede transformar al comprenderla y entenderla, una formación que haga del hombre un ser más humano, consiente, dando respuestas a las características de la sociedad en la que se desempeña y a la cual pertenece, permitiendo así entender su esencia.

1.8.4.2. FUNCIONES DE LA PEDAGOGÍA.

La pedagogía en el campo teórico, analiza las regularidades de la Educación para elaborar las bases de la política educativa, actividad práctica de maestros y educandos.

La teoría pedagógica resultante de la sistematización de la ciencia que tiene por objeto el proceso pedagógico; define a todos los procesos conscientes organizados y dirigidos a la formación de la personalidad que establece relaciones sociales activas educador y educandos entre la influencia del educador y la actividad del educando; así el proceso educativo, el proceso de enseñanza y el proceso de instrucción constituyen procesos pedagógicos; la progresiva diferenciación e integración de las disciplinas pedagógicas no se produce hasta el siglo XIX y en la actualidad no ha concluido completamente; la unidad de la instrucción, la educación, enseñanza está fundamentada en la concepción de personalidad que se asume como sistema que integra las funciones motivacional - afectiva y cognitiva - instrumental.

1.8.4.3. MODELO PEDAGÓGICO.

La construcción teórico formal fundamentado científica e ideológicamente interpreta, diseña y ajusta la realidad pedagógica que responde a una necesidad histórica concreta.

La definición revela las funciones del modelo:

Interpretar significa explicar, representar los aspectos más significativos del objeto de forma simplificada. Aquí se aprecia la función ilustrativa, traslativa y sustitutiva - heurística.

Diseñar significa proyectar, delinear los rasgos más importantes. Se evidencian la función aproximativa y pronosticadora.

Ajustar significa adaptar, acomodar, conformar para optimizar en la actividad práctica. Revela la función transformadora y constructiva en caso necesario esta última.

Características de los modelos pedagógicos, según (R. Calderón, 2008):

1. Los contenidos de los procesos educativos y construcción de conocimiento, sugiere que un ambiente de aprendizaje ideal debe tener en cuenta la actitud para llevar a cabo las tareas, la interpretación de las actividades y la ejecución de las mismas dentro del ámbito, sino también las estrategias de planificación, de control y de aprendizaje que caracterizan el conocimiento de los expertos en dicho ámbito, a la continua reestructuración de lo planificado en torno a la mejora de los contenidos.

2. Los caminos y formas de la enseñanza, gira en torno a la idea clave que debe conducir su elección y articulación, a la ofrecer a los alumnos la oportunidad de adquirir el conocimiento y de practicarlo en un contexto, asequible acorde a su entorno que lo pueda lograr en la práctica.

3. El orden de los contenidos, de acuerdo con los principios que se derivan del aprendizaje útil para la vida, se comienza por los elementos más generales y simples, los más fáciles de interpretar para ir introduciendo, progresivamente, los más detallados y complejos, que necesiten de mas capacidad de análisis.

4. La organización social, sacando provecho adecuadamente a los efectos positivos desde el descubrimiento individual hacia el conocimiento el otro, que pueden tener los lazos de amistad y compañerismo entre los estudiantes sobre la construcción del conocimiento, especialmente las relaciones de cooperación y de colaboración.

El modelo pedagógico acorde a nuestra propuesta pedagógica y que se asemeja al PEI de la UAN, es el constructivismo; este ve el aprendizaje como un proceso en el cual el estudiante construye activamente nuevas ideas o conceptos basados en conocimientos presentes y pasados; según la posición constructivista, el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano, desde sus propias ideas, aportes y sus experiencias dentro de ambientes de autonomía, el autodescubrimiento, la ética y la diversidad, la creatividad, la diversión, la cultural y la democracia. Esta construcción se realiza con los esquemas que la persona ya posee (conocimientos previos), en su relación con el medio que lo rodea; todo aprendizaje constructivo supone una acción que se realiza a través de un proceso mental que conlleva a la adquisición de un conocimiento nuevo.

“En este Modelo el rol del docente cambia. Es moderador, coordinador, facilitador, mediador y también un participante más. El constructivismo supone también un clima afectivo, armónico, de mutua confianza, ayudando a que los alumnos y alumnas se vinculen positivamente con el conocimiento y por sobre todo con su proceso de adquisición”. (G Sanhueza, Octubre 2007).

Por esta razón, el Constructivismo es el modelo más ajustado a las pretensiones de la implementación del programa AFF en la UAN sede Popayán. Al generar la posibilidad de un espacio académico que propicie la formación integrar desde la participación, la integración y el aprendizaje mutuo, que puede lograrse a través de los procesos en el conocimiento propio del estudiante y del entorno en que se desenvuelva.

Se considera en primera instancia la semejanza con el modelo pedagógico que La institución desarrolla en sus procesos de formación académicos en el PEI, el cual permite mantener el enfoque de enseñanza – aprendizaje que abre posibilidades de innovación y garantiza la formación integral de la comunidad estudiantil.

El segundo, en los estilos de enseñanza que generan una apertura en el tradicionalismo de las clases, al incluir al estudiante en la construcción del aprendizaje mutuo, participativo y cooperativo.

El tercero es el aprovechamiento de los espacios institucionales y aledaños para el desarrollo de las prácticas físicas, como una oportunidad y alternativa de crear sus propias actividades, saliéndose de la cotidianidad universitaria.

El cuarto la integración y la relación con su quehacer diario educativo y cotidiano, al poner en práctica sus acciones a desarrollar dentro de sus actividades académicas; no hacer por hacer, darles una trascendencia a las labores que se realizan.

También se considera, el complementar la propuesta del modelo pedagógico con los pilares de la Educación (J. Delords, 1996), en donde plantea que debe estructurarse en torno a cuatro aprendizajes fundamentales para el

transcurso de la vida; con mayor sentido y estos son: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser.

1.8.4.4. DOCENCIA

Este ejercicio ubica conscientemente en la historia el estudiante de manera clara, estableciendo las conexiones con el pasado suscitando interrogantes acerca de la actualización del conocimiento; organiza la interacción entre el estudiante y el objeto de conocimiento. La relación docente-estudiante debe ser clara, respetuosa y de exigencia mutua, quien aprende es el receptor de la información, desarrolla los procesos superiores construyendo automáticamente el conocimiento. Así mismo quien enseña puede constituirse en 'partera', transmisor de información, modelador de conductas, acompañante, investigador.

Un docente es el facilitador y orientador de prácticas, tareas, acciones que tienen que ver con la apropiación, construcción y aplicación del conocimiento; dentro de un proceso, que entendido por la UAN de naturaleza académico, proyectado a la formación integral del estudiante y la investigación.

1.8.5. REFERENTE SOCIO-HUMANISTICO

1.8.5.1. CULTURA

Entendida como un universo de significados, normas, valores sociales que las regulan y construyen; una gama cada vez más rica y diferenciada de signos, símbolos, ritos, mitos, costumbres, usos, creencias, que crean una forma de comunicación entre los seres humanos naturalmente sociales (Lonergan, B. 1975 Citado PEI UAN 2005).

Si entendemos que la cultura es la que hace al ser humano racional, entonces la crítica lo hace constructiva; pero esto no lo hace solo, lo lleva a cabo en sociedad cambiando una idea errónea o no muy clara en una más conveniente; el ser humano es un proyecto inacabado, abierto al conocimiento para que desde allí esté en constante construcción consigo mismo; involucrando la ética con sus normas morales en el comportamiento. (Formación del sentido moderno de cultura, sf). La Comunidad Universitaria al practicar una serie de conocimientos crea una simbología, que se hace posible la construcción de significaciones compartidas que se manifiestan, transportan, comunican en toda una gama cada vez más rica y diferenciada de signos, símbolos, ritos, mitos, costumbres, creencias que proyectan al ser humano. (Proyecto Educativo Institucional, UAN, 2005. P 55, 56).

El bienestar Universitario busca fortalecer la cultura aceptando la diversidad universitaria, abriendo espacios de libre expresión, colocando los conocimientos al alcance de todos en ambiente de tolerancia frente a comportamientos de la Comunidad, incentivándola el descubrimiento a sí mismo y se reflexione acerca de lo que es y que metas puede superar; entonces crea un espacio participativo, bajo el nombre de Actividad Física Formativa, logrando complementar la formación académica que en la Universidad se busca, no es solamente una formación para el óptimo desempeño laboral, es también social para que sea integral.

A través de la Actividad Física Formativa se pretende articular la diversidad de identidades culturales que dentro de la universidad Antonio Nariño se presentan, valorando en forma individual y dentro de una muticulturalidad un ambiente de sano esparcimiento e integración de aprendizaje recíproco; generando el reconocimiento necesario y hacerlo partícipe dentro de la formación ciudadana y humana.

1.8.5.2. SOCIEDAD

La cultura, procura el bien común, el desarrollo humano y la realización personal, garantizando con calidad la supervivencia de la especie. Necesita de ella misma para existir, por eso se crean grupos sociales particulares en una diversidad étnica, cultural, etérea, económica, académica, política, es una realidad cambiante (Hell, V. 1975.Citado PEI UAN 2005).

La UAN en su misión, pretende democratizar el conocimiento, siendo un motor de cambio haciendo posible la solidaridad y la corresponsabilidad, parte de que existe una desigualdad de oportunidades al acceso a la educación, tiene en cuenta sus deberes y derechos

1.8.6. FUNDAMENTOS DISCIPLINARES

1.8.6.1. LA FORMACIÓN COMO EJE.

La formación parte de la idea de desarrollar equilibrada y armónicamente diversas dimensiones de la persona que la encaminen a desenvolverse en lo intelectual, lo humano, social y profesional, es decir Involucra procesos educativos en diversos marcos culturales, académicos, sociales y disciplinarios, que en el caso de la Educación se traducen en los elementos teórico-conceptuales metodológicos para la vida. También se refieren al desarrollo de habilidades e integración de valores expresados en actitudes ante situaciones o conocimientos, de una manera concreta que son básicas en todas las personas y en distintas etapas de su desarrollo.

Por lo tanto, la formación se convierte en la conformación y la consolidación personal, en competencias pertinentes para el adecuado ejercicio de una

vida personal y profesional, en sectores de actividad social, cultural, deportiva, intelectual entre otras. La naturaleza de la Formación ha variado de forma considerable a lo largo de los años, al estar en estrecha relación con el cambio social, en la percepción de los diferentes trabajos en la sociedad; por tanto, que la finalidad sea el desarrollo de la Formación, como ha sido algunas veces tema de intensos debates.

“Al respecto Bravo (2007, junio 14) nos dice que: El concepto de formación, se presenta como principio unificador y se asume como proceso de humanización, misión y eje teórico de la pedagogía. Rafael Flórez, expresa: “El concepto de formación, desarrollado inicialmente en la ilustración, no es hoy día operacionalizable ni sustituible por habilidades y destrezas particulares ni por objetivos específicos de instrucción. Más bien los conocimientos, aprendizajes y habilidades son apenas medios para formarse como ser espiritual. La formación es lo que queda, es el fin perdurable; a diferencia de los demás seres de la naturaleza, “el hombre no es lo que debe ser”, como dedica Hegel, y por eso la condición de la existencia humana temporal es formarse, integrarse, convertirse en un ser espiritual capaz de romper con lo inmediato y lo particular, y ascender a la universalidad a través del trabajo y de la reflexión filosófica, partiendo de las propias raíces”. (FLÓREZ, Rafael. Hacia una pedagogía del conocimiento. MC Wright Hill. 1974. P.109).”

Es decir, que la formación parte como eje fundamental de la vida Humana, que día a día se consolida; como también se renueva en un continuo fortalecimiento, crecimiento de conocimientos, culturas y valores; que directa o indirectamente lleva al ser humano a formarse en los diferentes aspectos físicos, mentales, emocionales, morales, éticos y sociales, en una sociedad cambiante a cada instante.

1.8.6.2. EDUCACIÓN PARA LA FORMACIÓN:

La educación se convierte en un medio indispensable para el desarrollo de cada persona y la sociedad en general; la buena educación en particular debe articular cada área de aprendizaje con el desarrollo humano, para generar personas justas y equitativas en su desarrollo social, intelectual,

cultural y étnico que garantice un buen desempeño en muchos campos que nuestra sociedad en un presente y futuro venidero.

Es así como la educación parte y se convierte en un hecho invaluable en la formación e la historia de vida de un ser humano; en la importancia de los valores y de la responsabilidad que de ellos se desprenden en la formación de personas sociales, autónomas, críticas y creativas, únicas e irrepetibles.

1.8.6.3. FORMACIÓN INTEGRAL EN LA EDUCACIÓN:

Por lo tanto surge la formación integral en el espacio educativo, donde la Ley General de la Educación (1995), en su Artículo 1, define la educación como *“Un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y deberes”*.

La Educación y la Formación Integral trasladan a concebir este proceso a un ámbito serio y de compromiso social; la Universidad es por tanto un espacio que genera las posibilidades de formación; busca en todos los campos generar las transformaciones idóneas para cada una de las personas que quieren fortalecer sus potencialidades. De conformidad con lo dispuesto por la ley 30 de 1992, de Educación Superior Colombiana, en su Artículo 1 define:

“La Educación Superior es un proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con posterioridad a la educación media o secundaria y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica y profesional”.

La formación integral se encamina hacia un alto sentido de proyección social, autónomas en correspondencia a la diversidad cultural del país, prepara profesionales competentes e idóneos en desarrollar los conocimientos, habilidades o destrezas y ciertas disposiciones actitudinales, que se

complementan con competencias comunicativas, profesionales, artísticas, deportivas, culturales, sociales, físicas, etc. Es importante tener presente que la formación integral fundamenta un enriquecimiento académico en el que interactúan: lo educativo y lo formativo, lo teórico y lo práctico, que en esencia lleve al estudiante como persona a procurar el bien común, el desarrollo humano y su realización personal.

1.8.6.4. FORMACIÓN INTEGRAL Y ACTIVIDAD FÍSICA

Junto con la actividad física nos lleva a tener mejores condiciones representadas en aspectos o dimensiones de la vida que están interrelacionados entre sí, de tal manera que tiene como finalidad principal brindar una educación y formación integral y de calidad que le sirva para la vida presente y futura de las y los integrantes de la comunidad universitaria.

“Para Ortiz (2001), al abordar el desarrollo Físico, Psico-afectivo, Espiritual y Social, inmediatamente amplía el espectro de opciones y posibilidades de trabajar institucionalmente la formación integral en el ámbito de la formación humana, al agregarse aquellas actividades y acciones pertenecientes al ámbito recreativo, lúdico, artístico y/o estético, las cuales a las y los estudiantes no solo les podría gustar, sino que también les alimentaría y les aportaría diferentes opciones de trabajar su formación humana desde lo motricio y mediante lo lúdico, posibilitándoles descubrir y ahondar en otras dimensiones y modos para abordar su formación integral y su desarrollo humano.”

Aquí se dimensiona en otros campos, no solo el académico como tal; la formación integral en un contexto de actividad física, permite a la comunidad universitaria diferentes opciones a trabajar; como un componente del estilo de vida en sus distintas facetas: gimnasia, Deporte, educación física, las artes, el teatro, la danza entre otras, mediante el ámbito recreativo, lúdico, artístico y/o estético, que constituyen actividades vitales para la salud, la educación, la recreación y el bienestar del hombre; La formación integral y la actividad física consisten hoy día en el ejercicio físico, artístico y/o estético, el

Deporte y el ejercicio educan, disciplinan, desarrollan la voluntad y preparan al ser humano para la producción y la vida.

Es importante la Actividad Física como facilitador de procesos de crecimiento personal, profesional y social; es decir buscar siempre la formación integral; este movimiento del ser humano es complejo por la interrelación de procesos que se dan en los diferentes actos motrices, al darle un sentido con respecto a la práctica de la Actividad Física; ya que busca articular la diversidad cultural en cada ser humano, descubriendo su vocación, desarrollo y aptitudes para la vida, busca la formación integral del ser humano a través de un proceso transformador de actitudes responsables, en un ambiente de confianza, respeto y aceptación, aprendiendo los unos de otros, tratando de concebir lo que en realidad lleve a mejorar la calidad de vida del ser humano.

1.8.6.5. CALIDAD DE VIDA; DESARROLLO HUMANO Y ACTIVIDAD FÍSICA

En términos generales la OMS (2007, junio 2), define:

“Calidad de vida como el bienestar, felicidad y funcionamiento y/o sensación positiva de su vida; Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno... Su realización es muy subjetiva ya que está influenciada por la personalidad, la cultura, sus creencias, sus religiones, su educación y la sociedad en la que se desenvuelve”.

La Actividad Física se convierte en un espacio vital en el mejoramiento de la calidad de vida del ser humano; contempla la posibilidad de mejorar las potencialidades de la salud física, psicológica y social, al fortalecer y satisfacer el bienestar en las necesidades primarias básicas con un mínimo de recursos, el nivel educativo y las condiciones de vida que se reflejan en aspectos importantes como la salud, el consumo de alimentos, seguridad

social, vestido, tiempo libre, derechos humanos; en tanto que ciertas dimensiones potencian en el ser humano su realización personal.

Teniendo en cuenta la OMS (2007, junio 2); la calidad de vida tiene su máxima expresión relacionado con la salud; en tres dimensiones integrales:

- *“Dimensión Física: es la percepción del estado física o la salud.*
- *Dimensión Psicológica: es la percepción del individuo de su estado cognitivo y afectivo*
- *Dimensión Social: es la percepción del individuo de las relaciones interpersonales y los roles sociales.”*

Estas tres dimensiones que están integradas, permiten tener una concepción de las posibilidades en la actividad física y la calidad de vida pueden llegar a potenciar en cada ser humano, teniéndolo como uno de los componentes del estilo de vida que en sus distintas facetas constituyen actividades vitales para la salud, la educación, la recreación y el bienestar del hombre, a la prolongación de la vida y la terapia contra numerosas enfermedades.

De hecho, en la calidad de vida entra el Desarrollo Humano que permite la relación con la actividad física, para hacer de esta un espacio de interrelación, que nos llevan al proceso de formación integral, desarrollando el potencial humano en pro de estructurar una persona realista con su situación, con su entorno, capaz de ser responsable por su seguridad y la de los demás, considerando la integridad como el objetivo primordial de la formación.

“En tanto La revista Latinoamericana de Desarrollo Humano [PNUD](2007, junio 2); comenta: el Desarrollo Humano nos entrega un elemento normativo para la acción: es la mejor y más eficiente elección social que pueda tomar una sociedad, porque la meta de promocionar la calidad de vida de la gente, en la medida que esta conjuga libertad real para elegir los propios proyectos de vida y la justa distribución y capacidades para lograrlo.”

Por tal motivo la Universidad o instituciones afines deben ser el espacio propicio donde el ser humano descubra su vocación y desarrollen aptitudes

para la vida; donde el vivir y el aprender se integran en la relación familia-comunidad- institución- estudiante- maestro, que incentiven los valores sociales y humanos en la formación educativa como la participación, la cooperación, la autonomía, la solidaridad, el dialogo y la convivencia, donde la formación debe ocurrir en un ambiente amable, de confianza, autoestima, respeto y aceptación del otro, con los saberes, habilidades y proyectos de cada uno como persona autónoma y decisoria de sus actuaciones.

1.8.6.6. BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Según Parra (2003) (2007, Junio 3) señala que;

“La actividad física, debe ser tomada como una práctica regular y sistemática en la vida de todas las personas, sin distingo de edad, sexo, condición social u ocupación, por el sinfín de beneficios para la salud orgánica, emocional y psíquica de las personas, ya que ofrece herramientas que le permiten al individuo afrontar la vida con una aptitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo la diligencia y la perseverancia, con sentido de honradez, responsabilidad y del cumplimiento de las normas; en fin, permite que las personas como entes individuales tengan la vitalidad, vigor, fuerza y energía fundamentales para cumplir con su deber en el grupo social al que pertenecen”.

La importancia de la actividad física como eje fundamental para conservar una buena salud y prevención de la enfermedad, dadas las cifras de enfermedades ocasionadas por el sedentarismo o la inactividad; también en las relaciones sociales y la formación afectiva que se teje alrededor de las prácticas en diferentes escenarios, con incontables beneficios; al utilizar diversas herramientas que disponen o permiten a las personas explorar sus capacidades, habilidades, aptitudes; estimulando siempre a querer y llegar a ser personas integrales, justas, equitativas y responsables; en un proyecto de vida.

Al respecto Parra (2003) (2007, Junio 3); considera;

“La práctica de la actividad física en forma sistemática y regular debe tomarse como un elemento significativo en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud”.

“En general, los efectos benéficos de la actividad física se pueden ver en los siguientes aspectos:

- *Orgánicos y fisiológicos*
- *Psicológicos y afectivos*
- *Sociales”.*

Con este propósito, los diferentes beneficios que aporta la actividad física parece ser evidente para los adultos, la infancia y la juventud, que se apoyan fundamentalmente en la importancia de participar en actividades físicas que aumentará la probabilidad de la disminución de factores de riesgo, fortaleciendo el bienestar en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

1.8.6.7. PARALELO ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Al abordar el concepto de Actividad Física desde una perspectiva pedagógica, se integra y facilita el desarrollo personal y formativo de los estudiantes universitarios, incentivando a las instituciones a crear ambientes de participación, donde la creatividad y la autonomía sea una parte esencial dentro de la transformación crítica en el ámbito social y profesional.

La actividad física y el Deporte tienen diferentes aportes y similitudes, pero aquí encontramos unas definiciones claras que nos pueden ayudar; según Devis (2000) lo define como: *“Cualquier movimiento corporal intencionado que se realiza con los músculos esqueléticos, resulta en un gasto de energía y es una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea”.* Su contribución genera un contexto amplio dentro de los diferentes posibilidades de actividades personales, apoyando a una visión multidimensional cambiante interactuando la parte física, mental y social; el cual permite adquirir diversas sensaciones, experiencias desde su

propio conocimiento corporal “*el yo*”, la cotidianidad cultural de las relaciones sociales y la capacidad de movimiento corporal.

De esta forma se integran para dar intencionalidad y contribuir a la calidad de vida y mejorar la existencia humana; la Actividad Física fomenta espacios de satisfacción, interacción con los demás y la naturaleza, valorándose como persona con beneficios en su bienestar, no solo subjetivos también, en su condición de dimensión social para mejorar su potencial humano.

Al respecto Bonilla (1994 citado por Ortiz 2001) señala; “*El Deporte es básicamente una actividad física*”; es claro como el Deporte se regula por normas establecidas, que pretende alcanzar una victoria personal o colectiva; la actividad física es base necesaria para iniciar una formación deportiva; por esta razón la esencia de un Deporte en cualquier disciplina debe primero agotar la instancia de una actividad física, ya sea recreativa o de aprovechamiento de tiempo libre, para convertirse en un Deporte..

Por otro lado, la ley 181 de 1995, nos dice que el Deporte “*es la específica conducta humana caracterizada por una actividad lúdica y de afán competitivo (...) mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas, orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales (p.18)*”. Esta definición, hace que el Deporte condicione a muchas personas, limitándolo a un solo objetivo, alcanzar el máximo rendimiento y lograr una victoria; aunque se habla de generar valores desde lo deportivo a lo social, lo cultural y moral, son importantes en el desarrollo de las personas; pero dónde queda la exploración del ser humano cuando desarrolle algo?

Es aquí donde la actividad física puede intervenir en la formación de los estudiantes universitarios, al tener una apertura de producción expresiva y de construcción, ya sea de tipo laboral, artística y deportiva, con un mayor

sentido dentro de la propia iniciativa, además sirve de medio de educación hacia la recuperación y el fomento de buenos hábitos saludables y el buen aprovechamiento del ocio y tiempo libre en la sociedad.

De igual forma la actividad física desde la formación, es esencial no solo a nivel deportivo, es asumida como instancia educativa, donde su característica se convierte en método lúdico y didáctico para explorar actitudes intelectuales, buscando desarrollo de habilidades necesarias en el crecimiento personal; la actividad física no se limita en el campo recreativo, de ocio y tiempo libre o deportivo, puede lograr una mayor construcción de posibilidades del ser humano dentro de su desarrollo como persona.

La Red Colombiana de Actividad Física (REDCOLAF) manifiesta que la actividad física no sólo se limita a actividades recreativas “*al consumo de energía por el movimiento del cuerpo*”, se tiene en cuenta las diferentes actividades cotidianas que se desarrollan durante el día, que implican salir de la cotidianidad. Así la posibilidad de realizar múltiples expresiones que se experimentan naturalmente dentro del ser humano satisfacen necesidades.

Las posibilidades desarrolladas del ser humano no tienen límites, su capacidad de exploración hace que las acciones que realiza, tengan un significado para satisfacer su propio potencial de manera eficaz y eficiente, necesarios en la formación personal; al interactuar con la sociedad debe entrar en un nivel de adaptación que pueda integrarlo dentro de su propia cultura, además la implicación en una nueva comunicación personal puede intervenir en un nuevo ambiente “*Actividades físicas*” que pueden mejorar las capacidades propias personales (Hernández 1999 citado por Ortiz 2001).

1.8.6.8. PARALELO ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA Y EJERCICIO FÍSICO

Para entender desde otro punto de vista la actividad física, como es el caso del ejercicio físico, se define; *“como una actividad física planificada, estructurada y repetitiva que tiene como, objetivo mejorar o mantener los componentes físicos”*. (Vilaplana 2001). Así se puede relacionar o aclarar como un concepto establecido y requerido por un método, donde el objetivo se enfoca a la condición física; la Actividad Física tiene un fundamento no tan lineal, ni rígido por un plan estructurado, tiene beneficios que trascienden con mayor propiedad en el desarrollo de todo ser humano.

Es por eso que la Actividad Física más que una herramienta, es una parte vital y un componente esencial para la construcción consciente de las personas con criterio y autonomía, para afrontar la vida con sus propios medios y alcanzar con actitud positiva una calidad de vida.

Aquí también encontramos similitudes; una de ellas es cómo el ejercicio físico es visto como Actividad Física pero con enfoque diferente, hacia un mejoramiento solo corporal, *“corporalidad”* y otro hacia la *“corporeidad”*, sin embargo se aclara cómo los alcances que se tienen son similares, *“producen importantes modificaciones en la personalidad”*, generando en el ser humano autonomía, bienestar, percepción de sí mismo, que producen dentro de la interiorización, efectos y posibilidades en el mejoramiento de la calidad de vida y mejor enriquecimiento personal y hacia los demás (Ezcurra 2001).

1.8.6.9. ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA

En este sentido, al abordar el concepto de Actividad Física desde la formación integral y a partir de diversas dimensiones físicas, psicológicas,

afectivas y sociales, que se complementan en la Universalidad, se obtiene como resultado **LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA**; Ortiz (2001) definido:

“toda aquella conducta que tiene como componente principal o muy importante el movimiento corporal”. Es necesario recordar que “la Actividad Física se puede diferenciar por sus objetivos desde el punto de vista social; puede tener el objetivo de la producción material como en la esfera laboral o artístico expresivo con la danza, el teatro y las artes plásticas; Como una forma creativa de expresión lúdica y ocupación constructiva del “tiempo libre, servir de medio de educación o ser utilizada para la recuperación y la promoción de la salud, o bien servir a la competencia como el Deporte”.

La Actividad Física Formativa se convierte en un espacio fundamental de la formación personal, profesional y social del ser humano; que promueve la importancia de realizar cualquier tipo de acción, con el propósito de; descubrir y generar nuevos ambientes para construir un proyecto de vida; tratando de optimizar la salud en pro de reducir el riesgo de padecer ciertas enfermedades y mejorando su salud mental. Por tal razón, cada ser humano es un mundo diverso, diferente, único e irrepetible con características que lo distinguen de los demás: el pensamiento, la emoción y el comportamiento, en el cual el proceso formativo permite tener juicios, que se reflejan en las experiencias o explicaciones del entorno, para tomar una conciencia de la realidad que quiere.

El sentido de la Actividad Física Formativa es fortalecer la confianza, las relaciones intra e inter personales como la independencia, ya que permite la oportunidad de encontrarse a sí mismo, entablar diálogos y de relacionarse con el otro, fortaleciendo el crecimiento y la personalidad, favoreciendo el conocimiento del propio cuerpo y el del otro como sujeto, que motiva y proporciona momentos de alegría, placer y diversión, que acepte el reconocimiento de las diferentes culturas, al tiempo que se construyen canales de comunicación entre ellas, para un cambio fluido y recíproco que enriquezca las múltiples posibilidades y tradiciones; haciendo énfasis en la

convivencia, el respeto por la diferencia, el respeto por el otro, en la capacidad de conocer y reconocer su cultura y dialogar permanentemente; con motivo de crear un ambiente de cooperación, lo que signifique motivar la participación y la búsqueda de la convivencia en la diferencia; ya que se busca la transformación social y económica.

La Actividad Física Formativa permite al ser humano ampliar la percepción del mundo y asumir a los demás con mayor seguridad y facilidad; incentiva y motiva hacia la autovaloración y de los demás como seres humanos, con el fin de dimensionarse como persona integral e integrante de una comunidad.

1.8.6.10. ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA EN LA UNIVERSIDAD DEL CAUCA.

El programa en la Universidad del Cauca, es una propuesta innovadora que se ofrece dentro del marco pedagógico, como concepción de formación integral, ofrecida a los estudiantes de pregrado; en la cual se potencializa el desarrollo académico en la Educación Superior y por ende la oportunidad de consolidar la formación personal.

Este espacio académico según Ortiz (2001) señala; “es un programa que transversa el currículo de todos los programas de pregrado de la Universidad del Cauca, en el cual a partir de sus énfasis en la formación humana, propone propiciar y facilitar el logro de propósitos fundamentales de la Educación Superior en el ámbito de la formación integral”. Así la cobertura es amplia dentro del contexto universitario, puesto que cada programa académico deberá incluirlo dentro de su currículo como unidad temática obligatorio para optar al título respectivo.

Desde este sentido se inicio con el replanteamiento del nombre del programa Deporte Formativo o Actividad Física Formativa, generando nuevas posibilidades en la formación; ampliando las opciones de desarrollo físico, psico-afectivos y sociales que se reflejan en la diversidad de actividades ofrecidas; tradicionales como fútbol, baloncesto, natación etc. y no tradicionales alternativas, aeróbicas, danzas, teatro etc. abordadas desde lo lúdico y que parte de una formación humana de las y los estudiantes.

Por esta razón la AFF amplio el sentido y la dimensión de las prácticas de forma intencionada, creativa expresiva, constructiva, diversidad cultural y la participación en torno a las necesarias en la formación integradora, formación huma y ciudadana.

Es aquí, como se plantea el enfoque pedagógico, el cual se persigue para el desarrollo de la propuesta a implementada en la UAN al considerar los gustos, necesidades e intereses que se reflejan en el diagnóstico institucional realizado de forma previa; el cual se orienta hacia el fortalecimientos de su formación académica de los estudiantes de esta Universidad.

1.8.6.11. ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA DESDE EL DEPORTE.

El Deporte es un conjunto de actividades físicas que nos ayudan a tener el cuerpo modelado, equilibrado, vivo, comprendido, sano y querido; el Deporte permiten satisfacer necesidades, que inducen al contacto entre los diversos componentes humanos y el medio ambiente, de desarrollo corporal, de experimentar actividad de juego, placer, diversión, comunicación, expresión de superación, experimentar nuevas sensaciones, disfrutar de la compañía de otras personas, ocupar nuestro tiempo libre de acercarse a la naturaleza, de ocio de entretenimiento tanto para quien lo realiza como para quien lo ve. Por esta razón, Mundo Deporte cita a la UNESCO (2008), titula:

“Recomendaciones a favor del Deporte para todos”, se puede extraer: “El Deporte para todos es uno de los aspectos y a la vez uno de los elementos del desarrollo sociocultural. Asegura a cada uno su desarrollo físico y mental, le procura un equilibrio dinámico y satisfactorio, la salud. Le ayuda a satisfacer sus necesidades de participación (integración en el medio, ejercicio de responsabilidad), de comunicación (relaciones humanas) y de expresión. Le permite, finalmente, asumir mejor sus obligaciones profesionales y su tarea social”

Queda claro que en el Deporte competitivo organizado a gran escala nacional e internacional, subsiste un Deporte espontáneo, de sencilla competición, sin desmesuradas exigencias, que abarcan algunas prácticas relacionadas con la Actividad Física, un Deporte recreativo, formativo, equilibrador e integrador, para todas las edades, que puede ser continuado toda la vida y cuyo objetivo principal es la educación.

Aunque frecuentemente se confunden los términos Deporte y actividad física, la diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra de la práctica con intencionalidad del segundo. *“En general, los Deportes entrañan actividades físicas que suelen llevarse a cabo por algún “recreo”, Como las funciones de auto-satisfacción, entretenimiento, la competencia”*. En fin por el deseo de hacer alguna actividad placentera. (Tan N 2008)

Es así, como el Deporte es y será por siempre un medio importante para el desarrollo formativo, considerando la Actividad Físicas como base fundamental para satisfacer necesidades; por gusto, para entretenerse y para distraerse, ya sea en lo competitivo o simplemente por salud; por eso se resalta, si con el Deporte, el ser humano explora su propio deseo de descubrir y crear posibilidades de desarrollo en la formación integral.

Por eso es necesario abordar otras dimensiones para el desarrollo del Deporte, el cual dan claridad y generar múltiples posibilidades para encontrar una definición pertinente hacia lo que se pretende orientar al implementar el

Programa Actividad Física Formativa, desde el Deporte en la UAN; entre ellas están según la ley 181 de 1995 título IV del Deporte capítulo I art.16:

“Deporte competitivo. Es el conjunto de certámenes, eventos y torneos, cuyo objetivo primordial es lograr un nivel técnico calificado. Su manejo corresponde a los organismos que conforman la estructura del Deporte asociado”.

“Deporte formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas escolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes”.

En la primera definición, se entiende como el proceso encargado de la selección de los deportistas que integraran los equipos representativos en universidades, aficionados y profesionales, en los distintos eventos del orden universitario y promover programas entrenamiento, para mejorar los niveles físico, técnico y táctico en varias disciplinas; además participan en eventos competitivos ya sea a nivel municipal, departamental y nacional, buscando el desarrollo de forma representativa de diferentes Deportes, en seleccionados que competirán en los diferentes certámenes deportivos.

En la segunda definición, está encaminado a transmitir conocimiento teórico-prácticos, relacionados con el Deporte, que contribuyan a la formación integral de la persona; se encarga de coordinar y articular la formación académica en diferentes niveles y promover programas de formación permanente en la actividad física, la Recreación y el Deporte; fomenta hábitos de vida saludable, higiene deportiva, nutrición, hidratación, entre otros. Generando posibilidades formativas que aporta a cada persona a través de su propia construcción personal y de su proyecto de vida.

Sin embargo al encontrar este concepto en la Educación Superior se tiende a desarrollar de forma representativa, donde su propósito es el rendimiento deportivo, ligada a tendencias tradicionales del entrenamiento competitivo,

limitando a los estudiantes a realizar de forma obligatoria sin tener en cuenta los gustos o intereses, que en algunos casos solo es una opción.

Por esta razón el Deporte formativo tiende a convertirse en Deporte competitivo, generando un espacio centralizado en Deportes tradicionales o populares, que de igual forma limita el abanico de opciones a practicar.

Del mismo modo se contextualizan otras dimensiones; el Deporte recreativo como una herramienta práctica para las actividades físicas, donde su sano esparcimiento propicia la conservación de la salud, la utilización racional y formativa del tiempo libre, por esta razón el Fondo Nacional para el Fomento del Deporte 2003 (Chile Deportes, Gobierno de Chile) define:

“Deporte Recreativo, son actividades físicas efectuadas en el tiempo libre, con exigencias al alcance de toda persona, de acuerdo a su estado físico y a su edad, y practicadas según reglas de las especialidades deportivas o establecidas de común acuerdo por los participantes, con el fin de propender a mejorar la calidad de vida y la salud de la población, así como fomentar la convivencia familiar y social”.

Este tipo de actividades, proporcionan integración y descanso a todas las personas, creando relaciones humanas sanas y armónicas, en pro del mejoramiento de la calidad de vida a toda la comunidad, ya sea en la educación formal y no formal y en la vida cotidiana.

El Deporte escolar como otra perspectiva presente en nuestras vidas dentro de las posibilidades educativas; de esta manera se retoma la idea de Parlebas (1988) citado por Martín y Pedraza (2008) en el texto “la iniciación deportiva y su aplicación a nivel escolar”, quien define como; *“un conjunto de situaciones motrices razonadas, con reglas negociadas, pactadas y asumidas por todos, que sedan con diferentes tipos de relaciones grupales (cooperativas, comparativas, competitivas) e individuales (superación personal)”.* y generan su propia definición; lo cooperativo cuando se ayuda al

resto de participantes, Lo comparativo: cuando hay una competición con otras personas conformadas como un equipo y con otra parte que son de mi equipo se coopera para conseguir un objetivo.

El Deporte es una realidad social importante, presente en nuestras vidas, que su función es socializar y educar desde la escuela, en valores culturales y sociales. Así el Deporte es un medio facilitador e integrador para todos, modelo abierto, pactado, recreativo y con un alto componente intelectual, de diversión en la actividad física y lúdico en lo deportivo y formativo sobre la salud, resaltando su utilidad en la ocupación del ocio y el tiempo, primordial en la educación, la formación integral y su desarrollo humano.

Desde otra visión se plantea el Deporte fitness como una alternativa saludable y divertida, el cual deberían ir siempre estrechamente relacionada con la calidad de vida, teniendo en cuenta que el Deporte no vaya más allá de otros intereses en la mayoría de los casos que acaba desvirtuado. Por esta razón se conceptualiza para poder entender su dimensión y sus beneficios en el ser humano. Es así como (Tan N 2008) plantea;

“Los Deportes entrañan actividades físicas que suelen llevarse a cabo por algún "recreo", como las funciones de auto-satisfacción, entretenimiento, la competencia, etc. utilizar la actividad física es la razón por la que la mayoría de los expertos respecto de fitness deportivas como una manera de mantenerse en forma y saludable.

“En los Deportes, la gente debe aprender a valorar su salud. De lo contrario, nunca pueden soportar el tipo de energía que se requiere cuando se juega actividades deportivas”

De esta manera se define el término fitness para dar mayor claridad hacia el objetivo que se requiere, considerándolo como *“toda actividad física realizada en forma sistemática (...) debe estar orientada en función de la salud”*; aclarando que su énfasis u orientación va hacia la salud como el

resultado de la actividad física regular, apropiado con el propósito de mejorar o mantener buenas condiciones saludables.

Por otra parte cuando se habla de sistemática, hace referencia de movimientos repetidos que se planifican, como el conjunto de cualidades físicas que se tienen y que se pueden mejorar con el entrenamiento; pero considero que su planificación no debe ser tan estructurada, puede tener cierta flexibilidad, ya que las condiciones de cada persona no son iguales y es necesario utilizar actividades alternas o recreativas para dinamizar lo que se quiere y alcanzar; así, la orientación de una actividad fitness debe tener la oportunidad para buscar, propiciar la participación de las personas y facilitar el camino de auto descubrimiento de potencialidades, del desarrollo propio de llegar hacer sí mismo y ser capaz para realizarlo.

El Deporte fitness debe ir siempre relacionado con lúdica, en sentirse bien cuando realizo una actividad, que de gusto su realización y que se pueda compartir con el resto de personas; pero además, se debe tener en cuenta que cuando se práctica debe hacerse una buena revisión médica y demás consideraciones fisiológicas y obtener un buen desempeño; así orientarla en función de la generación de hábitos saludables e higiénica con repercusiones positivas en lo físico como en lo psicológico fomentando la calidad de vida.

Sin duda alguna, al practicar Deporte fitness tiene como objetivo, el desarrollo integral de todas las cualidades físicas de las personas; un trabajo cardiovascular para mejorar el sistema cardio-respiratorio, flexibilidad y elasticidad para potenciar el sistema neuro-muscular y mantener el nivel psico-afectivo, el tener la disposición y la actitud para la realización de una actividad, una elevada autoestima, seguridad consigo mismo y con los demás y descargar tensiones que se reflejen en un mayor bienestar hacia hábitos de vida saludable (Tan N 2008).

1.8.6.12. DEPORTE SALUDABLE

Es necesario integrar de forma ideal dos formas del Deporte planteadas con anterioridad; Deporte Recreativo y Deporte Fitness, articuladas en un nuevo ámbito, el Deporte Saludable como una actividad física lúdica con aptitud, oportunidad para descubrirse, participativa, de integración y trascendencia, facilitando el desarrollo de aspectos físicos, psico-afectivos, espiritual y social que establece la Actividad Física Formativa, valorando acciones lúdicas, recreativas, deportivas y saludables, dimensionando la posibilidad de descubrir opciones en la creatividad, autonomía, la convivencia social y la crítica necesarias al abordar la formación integral y desarrollo humano, desde la orientación de actividades físicas planificadas flexibles.

El Deporte Saludable genera flexibilidad en el proceso de acción participativa y dinámica, potencializando la interacción expresiva, lúdica, constructiva y creativa que se representan a nivel físico, salud, social y profesional; que a su vez *“gire alrededor de la vivencia, construcción, enriquecimiento, desarrollo y proyección de la corporeidad de las y los estudiantes que la pueden cursar”*. Esta proceso constructivo y formativo que en ella compone, fomenta el proceso de *“formas sanas de ocupación de tiempo libre; promoción y prevención de la salud con el propósito de crear hábitos de vida saludable; reflexión respecto a la identidad universitaria y social con el fin de dar sentido a los proyectos de vida de los y los estudiantes”*. (Ortiz 2001); que mediante su práctica, facilita el pleno desarrollo del ser humano y el mejoramiento de la calidad de vida; ya que son escasas las propuestas de actividad física para la salud y la recreación, con oferta de servicios deportivos que alcancen a la mayoría de los estudiantes en la UAN.

De esta manera los beneficios de la Actividad Física Formativa desde el Deporte Saludable dan la posibilidad de ampliarse no solo a nivel fisiológico,

también en la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la "imagen corporal" y la sensación de bienestar, se produce una estabilidad en la personalidad reflejado por el optimismo, la flexibilidad mental, interacción del cuerpo con el espacio y el tiempo a través del movimiento, que constituye en aprendizajes del ser humano y su formación, la cual se vivencia a través de las experiencias educativas que se promueven mediante la exploración, la práctica y la interiorización, estructurando así el llamado esquema corporal.

A la habitual pregunta que algunas personas se hacen: ¿Qué actividad física debo realizar?; Respondemos con palabras del Dr. Don Antonio Casimiro Andujar (Universidad de Almería): la importancia no está en la Actividad Física sino en cómo se la lleva a cabo. Esta frase refleja algo tan simple como fundamental: cómo tomar en cuenta las necesidades y posibilidades de cada persona, además algunos no se percatan de las diferentes alternativas a las que pueden acceder para una práctica adecuada de una actividad física deportiva, ni los beneficios que se pueden obtener.

Podemos indicar que la actividad física deportiva es beneficiosa en nuestras vidas por diferentes motivos, entre los que citamos los siguientes. Citado por el Dr. Don Antonio Casimiro Andujar 2003 (Universidad de Almería): Nivel óseo y articular, Nivel muscular, Nivel cardiovascular, Nivel respiratorio, Nivel metabólico, Nivel psicosocial.

Por otro lado, al respecto en la Universidad Antonio Nariño, se pueden desarrollar programas de integración en procura del sano esparcimiento a través de la Actividad Física, el Deporte, la Recreación y la salud, motivando e integrando como un componente fundamental de la formación académica; raramente las instituciones de Educación Superior no generan la producción de hábitos para la práctica Deportiva Saludable, en virtud de que sus paradigmas aún conservan la alienación por el tecnicismo o las actividades

físicas formales ausentes de significado vital. Ello se observa en el desinterés por practicar Deporte en la Universidad.

De esta forma se propone replantear la utilización de una Actividad Física Formativa, acorde a las necesidades de formación integral de los estudiantes de la UAN, en el cual sean ellos mismos desde su propia iniciativa, desarrollar un espacio propicio de reflexión constructivo y que refleje un desarrollo consiente de las posibilidades de formación humana.

Las Actividades físicas saludables recomendadas dentro de las posibilidades, dependerán de las características personales en la diversidad de exigencias y necesidades que podrían practicar los estudiantes de la UAN, entre estas encontramos:

Actividades alternativas; las caminata, senderismo, cross country, campamentos “considerarse como la actividad física más naturales, tanto en el campo como en la ciudad.”, gimnasio “musculación”, juegos populares y tradicionales, actividades de cardio - respiratorias bicicleta estática, step relajación, acu aerobicos; En fin actividades que estén dentro de las posibilidades y necesidades de los propios estudiantes de la UAN.

Actividades deportivas como; la natación, fútbol, baloncesto, voleibol; teniendo en cuenta que estas actividades se pueden desarrollar desde la recreación, lo formativo, para obtener el objetivo primordial que es lo saludable en la Actividad Física Formativa.

1.8.7. METODOLOGÍA DEL PROGRAMA.

En esta parte se tiene en cuenta cómo se va a orientar las actividades hacia los beneficiarios del programa de Actividad Física Formativa, teniendo en

cuenta los modelos pedagógicos los cuales están enmarcados en el PEI de la UAN y que sean a fines o complementarios de acuerdo a la estructura metodológica planteada para la propuesta.

El modelo pedagógico para la propuesta es el constructivismo, al permitir el aprendizaje como un proceso del estudiante, al construir activamente nuevas ideas o conceptos basados en conocimientos presentes y pasados; el aprendizaje constructivo se realiza a través de un proceso mental que conlleva a la adquisición de un conocimiento nuevo con los esquemas que la persona ya posee en relación con el medio que lo rodea, a sea la construcción del ser humano

En la práctica es difícil ser totalmente constructivista, las realidades en las Instituciones son variadas y hay muchos factores que influyen para adscribirse totalmente a esta corriente; para ello complementamos nuestra propuesta con los **PILARES DE LA EDUCACIÓN**. (Delords, J. 1996), plantea que la educación debe estructurarse en torno a cuatro aprendizajes fundamentales para el transcurso de la vida y con mayor sentido. Los cuatro pilares hacen mucho énfasis en los propósitos que promulga el Bienestar Universitario de la UAN; Bien estar, bien hacer, bien vivir y bien ser, por lo tanto buscamos acoplar un propuesta que permita complementar la formación integral del beneficiario del programa de AFF en tanto que para estructurarla tomamos los pilares del conocimiento.

Aprender a conocer:

Comprender el mundo que lo rodea, para vivir con dignidad, desarrollar capacidades profesionales y comunicarse con los demás. Su justificación es el placer de conocer y descubrir múltiples facetas del entorno, estimulando el sentido crítico, la curiosidad intelectual para descifrar la realidad.

Aprender a hacer:

Está estrechamente relacionado con la formación profesional de cómo poner en práctica los conocimientos adquiridos y adaptarlos al mercado laboral.

Aprender a vivir con los demás:

Valorar la intencionalidad del ser humano, evitando al enfrentamiento por la desigualdad y los prejuicios que se ven reflejados por los conflictos en el contexto de igualdad humana. Se debe tener en cuenta que para adquirir este pilar hay que conocerse a sí mismo para poder profundizar en el descubrimiento del otro y en la diversidad de la especie humana, de igual forma se debe trabajar mancomunadamente para lograr tener objetivos comunes y lograr transformar la solidaridad en un principio.

Aprender a ser:

El objetivo es el despliegue del hombre en toda su riqueza y en la complejidad de sus expresiones y de sus compromisos; individual, colectivo, miembro de una familia, ciudadano y productor, inventor de técnicas y creador de sueños. En el caso de una experiencia profesional es la educación el medio para alcanzar esta realización ya que es a la vez un proceso individualizado y a su vez una estructuración social interactiva.

1.8.7.1. ESTILOS DE ENSEÑANZA

Para la realización de las clases se tendrá en cuenta diferentes estilos de enseñanza, los cuales el propósito es estructurar un conjunto de actividades que marquen el conocimiento en el proceso de enseñanza aprendizaje; según Contreras. O (2009), clasificándolos de la siguiente manera:

I. ASÍGNACIÓN DE TAREAS

Resalta las diferencias individuales de la comunidad universitaria tanto en sus cualidades como en el ritmo de aprendizaje

II. ENSEÑANZA RECÍPROCA

Basado en el hecho de que el profesor/a no puede observar la ejecución de todos los estudiantes a la vez, por ello este método permite la capacidad de observación del estudiante para corregir a su compañero.

III. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Es el estilo representativo de la enseñanza a través de la búsqueda; la comunidad universitaria es la protagonista del proceso de enseñanza – aprendizaje, permitiendo que tome decisiones durante y después y en ocasiones antes de la actividad.

IV. LIBRE EXPLORACIÓN

Supone ofrecer a la comunidad universitaria la posibilidad de elegir las actividades, la organización tomando prácticamente, todas las decisiones. Se trata de buscar libremente experiencias motrices por parte de la persona alrededor de un material. Instalación o contenidos.

1.8.7.2. TIPOS DE ACTIVIDADES A REALIZAR

Actividades Lúdicas:

“La actividad lúdica es la acción misma, dirigida conscientemente a la liberación voluntaria del impulso vital generado por la necesidad”. (Bandera, F, P. 2003); entendida como la inevitabilidad, acción libre y espontánea como expresión del

movimiento mediante el juego que ayuden a facilitar a los participantes a disfrutar y satisfacer las necesidades en pos del desarrollo.

Actividades Deportivas:

Ley Foral 15/2001, de 5 de julio, del Deporte de Navarra. Considerará; la actividad deportiva para todos, como *“aquella actividad físico-deportiva realizada con el objetivo principal de lograr una mayor calidad de vida, a través de la mejora de la capacidad funcional física, psíquica y del desarrollo de las relaciones sociales. (...) predominará el componente físico-recreativo y la promoción de hábitos saludables”*. Este tipo de actividades se orientan hacia el desarrollo de la dimensión física, psíquica y social, generando la oportunidad de relacionarse y adquirir hábitos y estilos de vida saludable.

Actividades Sociales:

Rubio P (2005) cita a Bauzer Madeiros desde la definición de juego como: “formas de comportamiento recreativo, suelen ser actividades sociales donde los participantes como miembros intentan por habilidad y por suerte alcanzar determinado objetivo, sujetándose a las normas que regulan el juego”. El cual mediante el juego se encausan en el fomento de las dimensiones sociales de la persona, posibilitando el esparcimiento y sus relaciones con otros, en donde su procedimiento instintivo de adquisición de comportamientos se puede adaptar a diferentes situaciones.

1.8.7.3. CRÉDITOS: 1 crédito.

El área de formación curricular a la que pertenece el programa Actividad Física Formativa es el área de Desarrollo Humano y Bienestar de la UAN.

1.8.7.4. HORARIOS:

Los horarios con los cuales se dispone para la oferta inicial de los programas son, dos horas semanales ubicadas conforme a la disposición dentro de la programación semanal de cada uno, tratando de que sean terminando la jornada académica.

1.8.7.5. EVALUACIÓN EN EL PROGRAMA

Para la evaluación del estudiante se debe tomar como parte integral la enseñanza, al hacerla compatible con ideas sobre aprendizaje y motivación.

De acuerdo con la ley general de la educación (artículo 49) la evaluación es entendida como el conjunto de juicios sobre el avance con la adquisición de los conocimientos y el desarrollo de las capacidades de los educandos, atribuibles al proceso pedagógico, la evaluación será continua, integral, cualitativa, y se expresara en informes descriptivos que respondan a estas características.

Evaluar en la educación, no es clasificar grupos ni estudiantes de acuerdo a sus posibilidades ni dar una calificación para buscar una relación proporcional entre el juicio de valor y los conocimientos adquiridos: todo aprendizaje está avalado por resultados cualitativos que van evolucionando a través de diferentes momentos del desarrollo, en la dinámica de la interacción de los demás sujetos y en una comprensión profunda de los resultados y sus causas que permita a los estudiantes orientarse con una perspectiva clara hacia estadios más cualitativos de su aprendizaje.

La evaluación es entendida como el proceso permanente a través del cual se obtiene información confiable y permanente para valorar el estado de los

diferentes aspectos con miras a fortalecer los elementos positivos y corregir aquellos en los cuales existen problemas. Para ello la evaluación debe ser:

Participativa: lo que implica que en ella estén involucrados los profesores, estudiantes, directivos. Para participar con eficiencia, es necesario que haya un amplio conocimiento del área de todos los involucrados, es nuestro deber mantener informados de manera eficiente y oportuna a los estudiantes sobre los progresos y dificultades en su proceso.

Permanente: la evaluación es un acto al finalizar una unidad didáctica, debe llevarse a cabo en todas las clases de Actividad Física, para ello el profesor debe recurrir a fichas de observación diligenciadas por los estudiantes, así mismo se utilizara el diario de campo que es diligenciado por el profesor, por lo tanto se trata de ir construyendo con ellos una cultura de la evaluación y de crítica permanente hacia la práctica pedagógica.

Integral: este aspecto tiene una doble connotación: una primera instancia hace referencia a la necesidad de evaluar el estudiante en su ámbito sicomotor, social y cognitivo y en segunda instancia a la necesidad de evaluar no solo al estudiante, sino también al profesor, al programa, y a la institución en general.

Para lograr estas características se incorporan tres tipos de evaluación:

Auto- evaluación. Es la valoración que cada persona hace de su trabajo, reflejando su autoestima, su sentido de responsabilidad y permite considerar aspectos que solo quien se evalúa se conoce a profundidad.

Co- evaluación. Es una evaluación colectiva, en ella diferentes personas de un grupo hacen una valoración del desempeño de cada uno de los

integrantes frente al logro de los objetivos propuestos, se destaca de forma equilibrada aspectos positivos y negativos en los diferentes ámbitos del comportamiento humano.

Hetero- evaluación. Es la evaluación que hace el profesor al estudiante, sobre cualquiera de los ámbitos: cognitivo, cognoscitivo o axiológico.

1.8.7.6. RECURSOS

Recursos Humanos:

Estudiantes de primer semestre de los programas de pregrado de la UAN.

Estudiantes practicantes de la Universidad del Cauca.

Coordinador de Deportes y coordinador Bienestar Universitario UAN

Recursos Institucionales de Infraestructura:

Cancha múltiple, cancha de futbol, aula múltiple, gimnasio, senderos ecológicos de la institución y la sede recreativa del tablazo.

Recursos Didácticos:

Conos, colchonetas, balones, flotadores, discos, mancuernas y maquinas para el gimnasio, sogas.

1.9. HALLAZGOS DURANTE EL DISEÑO

A continuación se presentan los hallazgos obtenidos desde la perspectiva de los estudiantes en el diseño de la propuesta pedagógica implementada en la Universidad Antonio Nariño sede Popayán.

En el proceso del diseño del Programa ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA desde el DEPORTE en la UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO SEDE POPAYÁN – CAUCA, se tuvieron en cuenta algunas características particulares del contexto, las cuales surgieron de la comunidad estudiantil y que se consideraron importantes para la elaboración del proyecto definitivo en la Institución durante la Práctica Social.

Algunas de ellas están relacionadas con el deber académico de los estudiantes que tienen que cumplir con su proceso de formación, otras manifiestan la aceptación hacia la apertura de varias actividades asequibles para todos y tienen en cuenta, cómo estas prácticas, generan una utilidad formativa mediante su realización.

A continuación se presentaran estas características.

1.9.1. CONDICIONES ADMINISTRATIVAS DESEABLES PARA SU REALIZACIÓN

1.9.1.1. ESPACIO ACADÉMICO PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA

En la UAN, el departamento de Bienestar Universitario, es el espacio institucional encargado de liderar la formación integral del ser humano en los estudiantes de pregrado; en este sentido la responsabilidad de generar la

opción de participación y beneficio en sus programas de formación en “*salud, cultura, desarrollo humano, recreación y Deporte*” recae sobre esta dependencia.

Esta dependencia se ha preocupado porque los estudiantes cuenten con los elementos didácticos necesarios para el aprovechamiento del tiempo libre y complementario a sus actividades cotidianas dentro de los salones de clase; según sus objetivos buscan:

“Fomentar la iniciativa de los estudiantes, promover y alcanzar su participación, en grupos de trabajo (...) campañas de prevención en planes de salud, actividades culturales, lúdicas y deportivas; que faciliten el cultivo de sus intereses personales y su integración a la Universidad. Apoyar a los procesos correspondientes del área del desarrollo humano.”

Al considerar la opinión de los estudiantes, los cuales expresan, “*primero, deben dejar en horarios que no sean intermedio a las clases, porque uno entra sudado y con el uniforme sucio y cansado al salón, segundo no en el medio día, porque el sol es muy fuerte y no estoy acostumbrada me duele la cabeza, y se me quema la piel; la metodología utilizada por el profesor está muy bien, el ejercicio es divertido se suda pero jugando, también escogemos las actividades que queremos realizar o el Deporte que queremos practicar. E01BRDA*”. Es aquí donde ellos buscan satisfacer lo que desean, aceptando lo propuesto dentro de las clases de actividad física; sin embargo plantearon sugerencia encaminadas al mejoramiento en su realización, el cual dan la posibilidad de aprovechar el tiempo libre de manera optima dentro de los horarios de clase que componen la estructura organizativa, y los hizo partícipes del sano esparcimiento, fortaleciendo su participación y acorde a sus propias necesidades.

1.9.1.2. LAS NOTAS Y EL PROMEDIO DE LA MATERIA

Aquí se realiza dos definiciones; las notas o calificaciones y el promedio para poder entender y poder interpretar lo hallado por los estudiantes, así iniciamos con las calificaciones donde según Gutiérrez j. y Ortega j. (2008) señalan:

“La sociedad, desde la época de los grandes filósofos griegos siempre se ha preocupado por las cuestiones inherentes a demostrar y evaluar el grado de conocimientos que van adquiriendo los individuos en sus procesos de desarrollo cultural y educativo; en virtud de que un aprendizaje de este tipo no puede ser tocado, olido o visto en su esencia pura, tiene que ser inferido objetivamente de una forma tal que a la vez permita medirlo y pueda ser seguido evolutivamente.”

Podemos decir que las calificaciones es la forma de evaluar el grado de conocimiento que tiene cada estudiante en su proceso de aprendizaje, que es medido y es de continuo seguimiento para su posterior valoración.

De igual forma la Universidad de los Andes se refiere al promedio como;

“cada uno de los períodos académicos cursados por el estudiante. Para obtenerlo se tendrán en cuenta las calificaciones numéricas obtenidas en cada una de las materias cursadas durante el respectivo período académico. Tomado de las definiciones que se encuentran en la parte final del Reglamento General de Estudiantes de Posgrado.”

Aquí se hace referencia a los promedios de las calificaciones numéricas que son obtenidas por cada estudiante en las diferentes materias que cursa en un periodo académico, de esta manera se refleja un promedio total de todas las materias cursadas.

Por esta razón considerando lo expresado por los estudiantes quienes afirman que, “la nota que vale el 20% del Bienestar Universitario para subir el promedio contando las faltas y los trabajos, pero esto no debería ser así el

Deporte debe estar solo como una materia o electiva, para jugar con los compañeros que la llevo bien y para distraerme un poco de los problemas que nunca faltan. (E05JDSB) y “la nota para bienestar universitario y porque me gusta estar con mis compañeros jodiendo. (E10JDSC)”. Dos puntos de vista que reflejan, en primera instancia como a medida que van transcurriendo las clases van tomando conciencia que estas clases son necesarias para su distracción o su aprovechamiento en la Universidad y en segunda instancia para mantener el promedio de las notas o de otra materia.

En diferentes instituciones se utiliza las calificaciones y sus promedios de materias para valorar la evolución individual en el cumplimiento de los objetivos de cada estudiante, conforme al diseño curricular del respectivo programa; el evaluador a través de elementos teóricos y metodológicos le permitan realizar una verdadera apreciación de la evolución del proceso de formación, información y capacitación de sus educandos, entendido y aplicado dentro de su propio desarrollo, sin embargo como se observa en los hallazgos, estas calificaciones deben ser individuales y no articuladas con otras materias para evitar inconvenientes y utilizar adecuadamente este espacio para no depender de ninguno otro.

1.9.2. DIVERSIDAD DE PRÁCTICAS EN LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA

1.9.2.1 APERTURA HACIA OTRAS PRÁCTICAS

El Deporte es de carácter competitivo y los movimientos son repetitivos y mecanizados, la actividad física es la práctica con intencionalidad. *“En general, los Deportes entrañan actividades físicas que suelen llevarse a cabo por algún “recreo”, como las funciones de auto-satisfacción, entretenimiento,*

la competencia”. En fin por el deseo de hacer alguna actividad placentera. (Tan N 2008).

En las manifestaciones de los estudiantes podemos encontrar este deseo: *“hacer más Deporte y ejercicios, ya no se jugaría solamente fútbol, también baloncesto, voleibol y asistiríamos más al gimnasio. E08BRDA”*; de acuerdo a las observaciones que se pudo obtener: *“Se olvidaron del trabajo académico dando paso a la diversión, cambiaron por dos horas los cuadernos, la seriedad y el silencio por manifestaciones de alegría, extroversión y balones de fútbol y de voleibol.DC05BRDC”*, en una posición de no limitar las actividades a una sola disciplina, involucrar más que les llamen la atención, alejados de la competencia y durante el tiempo que tengan libre en su deseo de satisfacer la necesidad de entretenimiento.

No debemos limitar los deseos y las necesidades de los estudiantes, brindando una clase de actividades que capten su atención; en la actividad física hay un gran número de acciones que se pueden desarrollar sin alejarse de los Deportes, lo importante no se trata de cual, es pensar en cómo abordar los ejercicios y los juegos de tal manera que no se repitan las clases.

19.2.2. PRÁCTICAS FÍSICAS ACORDE A LAS NECESIDADES DE LA COMUNIDAD ESTUDIANTIL

La importancia no está en la Actividad Física sino en cómo se la lleva a cabo. Esta frase refleja algo tan simple como fundamental: cómo tomar en cuenta las necesidades y posibilidades de cada persona, además algunos no se percatan de las diferentes alternativas a las que pueden acceder para una práctica adecuada de una actividad física deportiva, ni los beneficios que se pueden obtener. (Andujar A. Universidad de Alemania, 2003.)

Cuando se les pidió a los estudiantes su opinión acerca de la aceptación por las actividades que se desarrollaron, ellos manifestaron: *“Así como están van bien no tengo quejas, pero se hace necesario algunos Deportes donde todos puedan participar sin discriminación. (E02JDSB)”*, conformes por lo realizado las cuales satisfacían sus necesidades deportivas y recreativas.

Los beneficios de la actividad física están relacionados con los gustos de quienes la practican, cuando realizan el Deporte que más le guste, se beneficia en su salud, mente y el organismo, ya que al estar satisfecha con lo que hace es consciente de su bienestar; mientras que quien es obligado a realizar lo que no le gusta, pierde la eficiencia y los resultados personales.

1.9.3. FORMACION PARA SER COMPETENTE

El concepto de formación para ser competente según González V. (2000);

“Ha partido de la concepción de la educación del profesional desde una perspectiva histórico-social del desarrollo humano en virtud de la cual entendemos que la competencia profesional es el resultado de un proceso de educación de la personalidad para el desempeño profesional eficiente y responsable que no culmina con el regreso del estudiante de un centro de formación profesional sino que lo acompaña durante el proceso de su desarrollo profesional en el ejercicio de la profesión.”

Es así como una persona que se encuentra en la academia, inicia su proceso de aprendizaje y como resultado de la educación se produce la competencia profesional que va adquiriéndose a través de su experimentación; pero éste no culmina ahí, el ser competente se verá reflejado en su futuro en la ejecución como profesional.

En este caso podemos observar como los estudiantes nos ofrecen diferentes opiniones del como ellos pueden relacionar la Actividad Física con su vida cotidiana, el colegio y la Universidad, expresándose en lo siguiente: “es

esencial para todos desde la niñez hasta la adultez, para fomentar y desarrollar la competitividad como rutina educativa y para despejar la mente que los resultados se verán en un futuro. (E02JDSB)” y como “puede ser una ayuda para la vida siempre y cuando se realice todos los días, pero en el colegio es muy diferente porque siempre enseñan lo mismo mientras que acá es otra cosa, enseñando lo que a uno le puede gustar y se puede utilizar en cualquier momento. (EO8JDSC)”. Así la formación para la competencia es entendida como un proceso que transcurre toda la vida, en el aprendizaje continuo que sirve para la profesión y como dicho aprendizaje debe ser una constante en todos los niveles educativos.

Por otro lado al considerar los diarios de campo se pudo observar cómo esta categoría fue verificada al tener en cuenta lo siguiente; “El poder transmitir su experiencia y ponerlo en práctica en el medio que se están desarrollando, el cual hace que la experiencia adquirida se adapte con mayor solidez en lo que quieren como futuros profesionales, mejorando las capacidades para realizar actividades individuales y colectivas estructuralmente asumiéndolas y solucionándolas; (DR07DSB)” y “hacen que la práctica adquiera una mayor experiencia de forma conjunta ya que hay un aprendizaje mutuo; además la iniciativa que expresan hacen que haya mayor participación de las actividades que quieren aprender. (DR09DSB)”, se determina, cómo al poner en práctica lo que se aprende mejorando la experiencia personal, dando la posibilidad de interactuar con otras opiniones el cual replantean sus puntos de vista enriqueciendo el conocimiento de forma colectiva y participativa.

La competencia es el desarrollo de la personalidad expresada mediante la calidad profesional, constituyéndose en el proceso individual que se perfecciona a través del tiempo; es así que la formación para la competencia no nace con el sujeto, sino que es construida por él en el proceso de su formación y desarrollo profesional.

1.10. EJECUCIÓN

Al llevar a cabo la ejecución de la Propuesta, semanalmente se orientaron 6 horas de clase distribuidas entre dos cursos; Odontología grupo B y Medicina Veterinaria, y las 2 horas restantes se realizaba el acompañamiento al gimnasio para los estudiantes de los diferentes semestres; de esta manera se utilizó el material didáctico existente en la UAN, de igual manera los escenarios deportivos dentro de las instalaciones y algunos aledaños aptos para la Actividad Física Formativa desde el Deporte.

Las actividades de cada clase se organizó en un plan curso teniendo en cuenta los gustos y las necesidades de los estudiantes, cuando se refirieron a la clase de Deportes que querían practicar; la evaluación de los cursos, resultó de la información recolectada en los instrumentos.

1.10.1. PLAN CURSO DEPORTE SALUDABLE

INTRODUCCIÓN

Dentro del espacio académico de la institución y por medio de la Actividad Física Formativa se generó en soporte en la formación integral y el desarrollo humano de los estudiantes, al trascender y favorecer su formación personal y profesional que se verá reflejado en su vida cotidiana social.

La Actividad Física Formativa se desarrolla en un espacio y tiempo en procura de crear un ambiente integrador, de reflexión, diálogo y descubrimiento, así crear posibilidades de hábitos y estilos de vida saludable que giren en torno al Deporte saludable; además con la utilización del juego y actividades a fines como estrategia de motivación, posibilita la construcción de vivencias y orientador de proyectos de vida.

El contenido temático del curso Deporte Saludable tendrá en cuenta las sugerencias y necesidades expuestas por los estudiantes que se articulan con lo planeado; así mismo se plantean: objetivos, justificación, logros e indicadores, metodología evaluación y recursos, para establecer de forma concreta y oportuna los requerimientos del programa.

1.10.2. PROPOSITOS PARA EL PLAN CURSO.

GENERAL

Brindar un espacio alternativo al estudiante en la Actividad Física Formativa, a través de la práctica del Deporte saludable que contribuya su formación integral y desarrollo humano en torno de hábitos de vida saludable desde la vivencia, comprendidas como el descubrimiento de acciones con sentido.

ESPECÍFICOS

Estructurar el plan curso de acuerdo a las sugerencias y necesidades de los estudiantes.

Propiciar su participación desde el descubrimiento de las capacidades y habilidades como elemento esencial de la creatividad y autonomía en el desarrollo y formación integral.

Posibilitar un espacio adecuado de reflexión hacia la toma de conciencia en el fomento de actividades saludables.

Desarrollar estrategias de integración en trabajos colectivos que se reflejen en lo individual.

Crear un ambiente lúdico que favorezca el mejoramiento de habilidades y capacidades de lo teórico a lo práctico.

1.10.3. JUSTIFICACIÓN PARA EL PLAN CURSO.

El Deporte Saludable es un espacio innovador que permite al estudiante intervenir en su propio proceso de formación integral desde la acción participativa y autónoma adecuándose a las capacidades y habilidades reconocidas desde sus necesidades, al asumir la responsabilidad de la práctica y su importancia, fomenta un ambiente social, la construcción del conocimiento; crítico y creativo desde la vivencia y con sentido.

De igual forma la lúdica y al juego presente en el Deporte Saludable permiten recrear y adecuar el desarrollo de capacidades físicas de forma divertida y consientes en su variedad de alternativas.

Por lo tanto, el espacio formativo estará creado de acuerdo a sugerencias y necesidades de los estudiantes, el cual será flexible a los gustos y deseos que se pueden presentar durante el proceso para enriquecer y fortalecer las actividades propuestas.

1.10.4. CONTENIDO TEMATICO PARA EL PLAN CURSO.

Los contenidos temáticos se desarrollan y se socializan con el grupo a modo general, incentivando un espacio de reflexión metodológico que hará parte de la intervención de los estudiantes.

UNIDAD UNO

FAMILIARIZACIÓN E INTEGRACIÓN

- Ambientación cardio-respiratoria.
- Ambientación osteo-muscular.
- El juego y formas jugadas.

UNIDAD DOS

ACTIVIDADES ALTERNATIVAS

- Actividades de atletismo.
- Spinning – step “actividades cardio respiratorias”.
- Circuitos cardio respiratorios en maquinas de GMY y pesos libres.
- Actividades acuáticas.
- Caminatas.
- Relajación.
- Masajes sensitivos y relajantes.
- Juegos deportivos tradicionales “futbol, baloncesto, voleibol, natación, micro futbol entre otros”
- Juegos tradicionales y populares.

UNIDAD TRES

ELEMENTOS ESPECIFICOS

- Resistencia.
- Fuerza.
- Flexibilidad.
- Coordinación dinámica general.

UNIDAD CUATRO

ENCUENTRO DE EXPERIENCIAS

- Actividad de integración universitario

LOGOS E INDICADORES

UNIDAD UNO

LOGRO

- ❖ Que los estudiantes practiquen, experimenten e interpreten de manera vivencial las posibilidades de acondicionamiento, ambientación y familiarización físico mediante ejercicios y juegos con el propósito de integrarlo en diferentes momentos de la vida cotidiana.

INDICADORES.

- ❖ Practiquen y vivencien las diferentes posibilidades de acondicionamiento físico.
- ❖ Experimenten y ejecuten los ejercicios y juegos en diferentes alternativas.
- ❖ Interpreten y analicen las posibilidades y losa puedan llevar a su vida cotidiana.

UNIDAD DOS

LOGRO

- ❖ Que los estudiantes se interesen, construyan e identifiquen los ejercicios de manera experimental desde su corporeidad. Con el fin de habituarlos en alternativas de juego y de su vida cotidiana.

INDICADORES

- ❖ Se interesen por las diferentes alternativas de ejercicio y las integren como suyas.

- ❖ Construyan desde la experimentación sus propios ejercicios y los socialicen.
- ❖ Identifiquen y tomen conciencia de cómo adecuar su cuerpo y mente a sus propias Posibilidades.

UNIDAD TRES

LOGRO

- ❖ Que los estudiantes se habitúen reproduzcan y reconozcan sus capacidades condicionales como un estilo de vida saludable con el propósito de asumirlo como propio.

INDICADORES

- ❖ Se habitúen a la práctica adecuada de un ejercicio como habito saludable.
- ❖ Reproduzcan las diferentes alternativas de forma lúdica.
- ❖ Reconozcan los beneficios que ofrecen las capacidades funcionales y las asuman como propias.

UNIDAD CUATRO

LOGRO

- ❖ Que los estudiantes valoren, utilicen e interpreten los diferentes ejercicios físicos de forma lúdica.

INDICADORES

- ❖ Valoren las actividades de forma individual y colectiva y las plasmen en su cotidianidad.
- ❖ Utilicen su conocimiento teórico-práctico adquirido y lo socialicen.
- ❖ Interpreten y analicen los beneficios pertinentes de un correcto ejercicio físico y lúdico.

1.11. HALLAZGOS DURANTE LA EJECUCIÓN

A continuación se presentan los hallazgos obtenidos desde la perspectiva de los estudiantes en la ejecución de la propuesta pedagógica implementada en la Universidad Antonio Nariño sede Popayán.

En el Trabajo de Campo de la Implementación del Programa ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA desde el DEPORTE en la UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO SEDE POPAYÁN –CAUCA, se rescataron los hallazgos referentes a la satisfacción en las necesidades en cuanto al Deporte y la Recreación, desde las diferentes actividades amenas y divertidas, que dieron la posibilidad hacia un cambio de actitud de los estudiantes, en el desarrollo de las prácticas físicas. También generó la toma de conciencia acerca de los beneficios físicos psico-afectivos y sociales.

A continuación se presentaran estas características.

1.11.1. ACEPTACIÓN POR LA GRAN VARIEDAD DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS

1.11.1.1. ACEPTACIÓN A ESPACIOS DE INTEGRACIÓN Y CONVIVENCIA

Aquellas actividades espontáneas, al aire libre, de juego y de diversión son los principales protagonistas, que parten de la recreación; fomenta ambientes sociales agradables y saludables para los participantes. (Vilas F. 2002).

En las observaciones que se realizaron se encontró: “les faltaban actividades al aire libre para retomar energía y seguir con la carga académica. DC05BRDC”; y cuando los estudiantes manifestaron: “*Me parecen muy chéveres, nos divertimos bastante, me reí mucho y me integré con mis*

compañeros, los estudiantes no propusimos actividades porque el Deporte casi no nos llama la atención o no lo practicamos por pereza. E08BRDA” la aceptación por las diferentes actividades que por medio del Programa Actividad Física Formativa pudieron aprovechar.

No se trata de jugar por jugar o de hacer Deporte por el simple hecho de ocupar el tiempo libre, se trata de construir conocimiento en conjunto con las personas más cercanas, con el fin de encontrar un sentido a lo que se hace.

11.1.2. ACEPTACIÓN POR LA METODOLOGÍA UTILIZADA EN LAS CLASES

“Todos aquellos componentes materiales, íntimamente relacionados con los formas, que mediatizan la relación entre el sujeto y el objeto de la actividad, y que en el caso del proceso de enseñanza- aprendizaje, comprende tanto las herramientas que utiliza el estudiante para aprender, como las que utiliza el profesor para enseñar, o sea dirigir y orientar el proceso de aprendizaje de los estudiantes”. (C. Bravo 1999)

De acuerdo a las observaciones se apreció que: *“les agradó la metodología utilizada en un principio, de esta manera los estudiantes hacen parte de la clase y los procesos formativos de acuerdo a sus necesidades y a sus deficiencias. DC05BRDC”,* y de acuerdo a las manifestaciones de los estudiantes, cuando mencionaron: *“Muy buena, me gustó, me reía mucho junto con mis compañeros, en otras clases de Deporte era sudar y correr, aquí fue diferente; el profesor nos puso a que realizáramos ejercicios resueltos por nosotros mismos, eso es importante porque nos puso atención y podíamos participar de la clase. La metodología podría ser un poco más exigente, porque algunos de mis compañeros son perezosos y solo quieren jugar lo que a ellos les gusta y a su manera. E01BRDA”,* dieron a conocer el buen nivel de aceptación por la metodología utilizada en las clases.

La metodología utilizada en las clases al aire libre, parte de las necesidades de los estudiantes, sin ser demasiado permisivo a lo que pretendan desarrollar en dichas clases; dirigir las actividades de tal manera que el objeto de estudio no se pierda, socializar los deseos de los estudiantes y el fin con que los cursos fueron abiertos.

1.11.1.3. ACEPTACION DE LOS ESPACIOS UTILIZADOS

Todas las instituciones Educativas ya sean de Educación Básica o de Educación Superior deben contar con escenarios para la práctica de Deporte, con un campo abierto para que en el tiempo libre o de descanso de su comunidad, cuenten con un espacio en donde lo social se haga partícipe dentro del ocio. *“las instituciones de educación superior garantizan campos y escenarios deportivos con el propósito de facilitar el desarrollo de estas actividades en forma permanente”*. (Ley 30 de 1992).

Una de las observaciones que pude apreciar, era la importancia de: *“Salir de la institución y realizar actividades que intervengan otros escenarios DR14JDSB”*; prestándose un gran campus universitario, para el desarrollo de gran variedad de actividades recreativas al aire libre, y cuando varios estudiantes manifestaron: *“Buena, siempre son actividades y ejercicios diferentes, utilizamos varios espacios que no la hacen aburrida como las demás que son en el salón de clase y no salimos de allí. E07BRD”*, se refirieron a la variedad de escenarios, demostrando aceptación en la utilización de lugares tanto zonas verdes como las instalaciones físicas.

Entre más escenarios para la práctica de actividades deportivas se puedan utilizar, mejor va a ser el nivel de satisfacción personal de los involucrados en dichos procesos.

1.11.2. LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA COMO MEDIO FACILITADOR DE LA FORMACIÓN HUMANA

1.11.2.1. EL FOMENTO Y LA ENSEÑANZA DE LOS VALORES

Según Gonzales M (1997) nos señala que;

“La Universidad tiene un papel privilegiado para ayudar al país a construir procesos democráticos, en virtud de que las materias primas de su funcionamiento cotidiano son los contenidos y los métodos de la ciencia, la filosofía y el arte. Estos son necesarios para orientar la educación y desarrollar la cultura en direcciones favorables al desarrollo integral humano. Por otro lado, requieren el cultivo de valores y actitudes idénticos a los que son imprescindibles para los procesos políticos de la participación y la autodeterminación.”

Es así como las universidades dentro de su currículo académico, deben incentivar contenidos direccionados a una formación integral, necesaria en los procesos de educación idónea dentro del requerimiento al desarrollo político hacia la paz y la democracia, así los valores que se pretenden inculcar tengan la trascendencia en un ambiente ciudadano que coincidan con el objetivo común de construir la sociedad y reducir las desigualdades.

Al tener en cuenta los hallazgos con respecto a los defectos y virtudes de la actividad física se plantea; “Cuando juego con mi hija le enseño lo poco que se y ahora le hablo de animales, también en las caminatas, porque la finca está muy lejos y le digo lo importante que es caminar para la salud. (E10JDSC)” y “Porque me hacen valorar cada momento de mi vida, valorar a las personas que me rodean porque cuando tengo un problema, ellas me pueden ayudar a salir. (E08BRDA)”. Es claro observar cómo se establece que en las prácticas, los valores que se ha querido consolidar se han interiorizado no solo en sí mismo, también con los demás asumiendo la importancia de la igualdad, la comunicación y el compartir momentos necesarios para la vida.

De igual forma se ratifica que con las observaciones realizadas en los diarios de campo, los hallazgos nos dicen; “Además es fundamental para transformar el respeto, la igualdad, la cooperación y la solidaridad ante los demás como un principio personal y profesional y evitar los prejuicios que se puedan reflejar. Sin embargo la participación grupal e individual para interactuar fue agradable dejando claro que en algún momento se van a integrar (DR03JDSB)” y “al ir auto-descubriéndose permite conocerse a si mismo e integrarse con los demás estableciendo relaciones de convivencia, trabajo en equipo transformando la solidaridad en la diversidad regional que en este grupo hay, logrando establecer y solucionar conflictos con una intencionalidad para poder convivir con los demás (DR04JDSC)”. Así a través de las prácticas físicas, la ratificación de los valores se convierte en una herramienta de participación individual y colectiva que permite una sana convivencia entre la representación de las diferentes regiones y el propio auto-descubrimiento para conocerse mejor hacia los demás.

Al enseñar los valores o retransmitirlos, se está contribuyendo en la formación integral de una comunidad estudiantil, en procura de dar otra perspectivas de cómo desarrollar y reflexionar en cada una de las acciones y como se pueden llevar a cabo en la vida tanto académica como cotidiana, teniendo en cuenta los defectos y virtudes que pueden ser analizados para su posible mejoría. De esta manera el trabajo de los valores es un continuo proceso de retroalimentación, que se deben considerar durante todo el transcurso de la vida universitaria.

1.11.2.2. FOMENTAR LA SOLIDARIDAD

Según García *“la solidaridad, está estrechamente vinculada con la fraternidad de todos los hombres; una fraternidad que les impulsa buscar el*

bien de todas las personas, por el hecho mismo de que todos son iguales en dignidad gracias a la realidad de la filiación divina". García F (2008). Al hablar de fraternidad entre los seres humano se plantea la igualdad en la que queremos todos, la verdadera dignidad del ser humano que va transcurriendo a través de su evolución, así el ser humano la manifiesta en; la raza, edad, credo, sexo, la política y la nacionalidad que son parte fundamental para el desarrollo de las sociedades.

Respecto a los hallazgos presentados acerca de los defectos y virtudes trabajados en la actividad física, los estudiantes, señalan: "al trabajar en equipo, interactuando con diferentes personas a ser guerreros y descomplicados. (E07JDSC) y "la colaboración del grupo porque es de gran importancia y es algo que se debe tener en cuenta tanto en la vida diaria como en la profesional y se puede notar el día de hoy con el incidente de la yegua. (E08JDSC)". La solidaridad al conformar los diferentes grupos de trabajo, que no solo se caracteriza dentro de la Universidad, lo reflejaron al verse como futuros profesionales, dándole la importancia necesaria a la solidaridad como parte esencial en la comunidad universitaria.

A través de las clases se percato, como la conformación de grupos de trabajo, integrándolos, se incentivo a buscar de forma válida una solidaridad con miembros para que se reconozcan unos a otros como personas hacia un alcance social y adoptase hacia una verdadera actitud solidaria.

1.11.2.3. SER PARTICIPATIVO Y CRÍTICO

Según el consenso expuesto en el Informe Delphi citado por eduteka fundación Gabriel Pihedraita Uribe (2008),

"Pensar críticamente consiste en un proceso intelectual que, en forma decidida, regulada y autor regulada, busca llegar a un juicio razonable. Este

se caracteriza por: 1) ser el producto de un esfuerzo de interpretación, análisis, evaluación e inferencia de las evidencias; y 2) puede ser explicado o justificado, por consideraciones evidenciables, conceptuales, contextuales y de criterios, en las que se fundamenta.”

Al considerar la participación dentro de la definición de pensar críticamente, se estableció, como dentro del proceso intelectual cada persona interviene en sus propias decisiones, desarrolla ideas claras y de forma precisa desde un análisis de las situaciones, considerando diferentes posibilidades que se puedan presentar para una buena fundamentación. Así al ser participe en este pensamiento se genera una iniciativa propia de cada persona por conocer y descubrir nuevas evidencias en la explicaciones de diferentes interrogantes que se le puedan presentar.

En los hallazgos presentados de lo que se ha aprendido a través de las clases se manifiesta; “al ser participativo, al reflexionar de lo que hago de vez en cuando, no dejarlo a un lado; es una actividad entretenida que nos sirve para nuestra salud. (E03EJDSB)” se resalta como las clases tuvieron una dirección pertinente, donde los estudiantes tuvieron posibilidad de interpretar desde su iniciativa las diferentes actividades, buscando dar un significa adecuado a lo que hacían sin dejarlo al hacerlo por hacer.

Al lograr que cada persona utilizara su pensamiento crítico de forma participativa se requiere orientar y dar a conocer como las cosas tienen un significado que puede ser para la vida cotidiana como para la profesión. De esta manera su correcta utilización o su posterior dominio posibilitan mejorar la comunicación no solo consigo mismo, también con los demás, interpretar efectivamente sus propias acciones, analizando correctamente las posibilidades para la solución de problemas.

1.12. EVALUACION DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

A partir de la implementación del Programa ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA desde el Deporte para la UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO SEDE POPAYÁN –CAUCA, desde la perspectiva de la comunidad estudiantil, se lograron importantes beneficios, en la formación académica, en las relaciones interpersonales, en la salud, en la puesta en práctica de lo aprendido y en la importancia de la AFF como un reconocimiento para la vida cotidiana.

A continuación se presentaran los logros obtenidos.

1.12.1. LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA COMO UNA HERRAMIENTA NECESARIO PARA EL DESARROLLO INTELECTUAL

1.12.1.1. BENEFICIOS ACADEMICOS

Uno de los alcances que se establecen dentro del desempeño de la actividad física son los beneficios académicos; ya que les permite auto regularse en las actividades, reflejar un bienestar mental al relajarse y analizar las situaciones de forma coherente y con mejor claridad. Así Rojo G J (2008) sugiere que la actividad física:

“provoca un bienestar mental ya que la actividad física reglada mejora la autoestima permitiendo la superación de retos progresivos, siempre y cuando se realice una programación adecuada de esa actividad, llegando a mejorar la capacidad, (...) el que el Dr. Kisou Kubota de la Universidad de Handa (Japón) presento un trabajo que observó como en el grupo de estudio, sometido a 30 minutos de carrera tres veces por semana, se producía una mejora significativa en la puntuación y velocidad de respuesta de unos test de inteligencia, disminuyendo la puntuación obtenida al dejar de realizar ejercicio.”

Como a través de las prácticas físicas, la capacidad intelectual puede manifestarse en mejora de los procesos de aprendizaje; que se pueden ver reflejados en un mediano y largo plazo, al permitir y demostrar como durante una programación de actividades, la consecución de ideas pueden ser coherentes y claras en un aspecto importante para el ser humano, como lo es la autoestima y la disposición que da la posibilidad de superar sus propios retos, logrando alcanzar unas metas desde el bienestar mental.

La influencia de la Actividad Física en actividades cotidianas, saludables y académicas se expresan; “al estar relajado, activo y mantener una vida más sana sin vicios y en el estudio ayuda en las materias a sacar una mejor nota y tener un promedio alto. (E05JDSB)”; y “es una buena forma de mejorar la forma física, de relajarnos, haciéndonos olvidar de los problemas y preocupaciones en el desarrollo laboral universitario. (E10JDSC)”. Es así, como los mismos estudiantes se percataron de la influencia de las actividades realizadas, convirtiéndose en un beneficio que se refleja en sus labores cotidianas, el cual puede ser analizada y puestas en ejecución en sus labores académicas cotidianas.

Por otro lado, en las conveniencias académicas los estudiantes se percatan como; “Si hago las cosas en grupo, le estamos ayudando a otros ya sea en las notas o para que sea más responsables y ayuden para la próxima vez en los trabajos. (E04JDSB)”. Reflejando diferentes situaciones, entre ellas; como algunos ayudan a otros en los trabajos grupales ya sea de forma pedagógica o para no perjudicarse ellos mismos con sus propias notas.

De igual forma, la conveniencia en la profesión es el reflejo de lo que ellos visionan su futuro, considerando los beneficios que pueden obtener si aprovechan las oportunidades al desarrollarlas, sugiriendo que las Actividades Físicas son; “necesarias para tener herramientas y entender lo

que realmente uno quiere para la profesión y porque uno relaciona cosas no solo de la carrera también de la vida que son beneficiosas. (E02JDSB)” y “en la parte personal a interactuar con diferentes personas, ayudar a los demás con solidaridad y a respetar a los demás. Y en lo profesional tener buen estado físico, porque con nuestra carrera debemos enfrentarnos a los diferentes campos de la medicina veterinaria. (E07JDSC)”. Aquí relacionan y toman conciencia de lo que son capaces de realizar por sí mismos en su experiencia académica para su futuro profesional, generando aspectos que son necesarios dentro de los beneficios en la vida cotidiana.

Así la Actividad Física se convierte en una herramienta para el desarrollo formativo e integral de los estudiantes, al dar perspectivas de lo realizado en las clases, utilizados hacia su propio beneficio; en este caso en lo académico, dando la posibilidad de experimentar lo que realmente siente, vivenciando desde su iniciativa que ellos mismos busquen su propia meta.

1.12.1.2. BENEFICIOS FORMATIVOS

La Actividad Física consiste en el ejercicio físico, artístico y/o estético, el Deporte y el ejercicio metódico, los cuales educan, disciplinan, desarrollan la voluntad y preparan al ser humano para la producción y la vida; es importante como medio facilitador de procesos de crecimiento personal, profesional y social. Este movimiento del ser humano es una compleja interrelación entre los procesos que se dan en los diferentes actos motrices, con una intención, es decir buscar el sentido con respecto a la práctica; ya que busca articular la diversidad cultural donde cada ser humano descubra su vocación y desarrolle sus aptitudes para la vida, a través de un proceso transformador de actitudes responsables, (Ortiz 2001).

Como medio de crecimiento personal, al involucrar nuevos conocimientos en las práctica de los ejercicios y juegos, hacen que los individuos aprendan a elegir entre lo que es conveniente y lo que no, observándose que: *“Aprendieron a escoger a las personas con quien pueden asociarse para ciertos trabajos, el juego, el estudio y el tiempo libre.DC07BRDA”*, además: *“al practicar con mucho juicio, reflexionando lo que hago, no hacer por hacer, hacerlo bien, que estas actividades me sirven en un futuro en mi vida profesional. E01JDSB”*, haciendo una reflexión el trabajo que desempeñaban, el rendimiento académico y la responsabilidad en torno al conocimiento, en el compromiso que cada estudiante debería tener con su carrera con el fin de terminarla con la mejor calidad posible.

En el momento en que a los estudiantes se les indagó por la relación entre las actividades que se estaban desarrollando con el programa que cursaban, ellos manifestaron: *“Son buenas porque como dije antes se relacionan, se pueden utilizar algunas cosas en las materias al trabajar en grupo, no hacerlas por hacer darles un significado y ayudar a las personas que lo necesitan como es el caso de la fundación renacer, les regalamos un rato de alegría y conocer sus necesidades tomando conciencia de lo que otros no tienen y nosotros si tenemos.E01JDSB”*, también se observo que: *“A los estudiantes se le debe exigir la responsabilidad pero hace parte del proceso encaminar a que ellos tomen la iniciativa y hagan las cosas por si solos.DC07BRDA”*, aprendiendo a escoger con quienes se pueden asociar para volver más exitosa su labor como futuros profesionales, tomando la iniciativa de cambiar los actos de conformidad por actos de crecimiento personal y profesional.

El esfuerzo y la dedicación con la cual se desarrollen las cosas, conlleva a valorar lo que se alcanza, apreciar la importancia de las dificultades durante el camino muestran el logro como un éxito, al final se defiende lo que se

obtuvo con argumentos fuertes, con bases sólidas; en la competencia laboral quien es mejor no es el que más conocimientos tenga, es quien articule de la mejor manera lo que sabe hacer. El exigirse en cada actividad conlleva a apreciar lo difícil que es cumplir con un objetivo, más cuando pretende demostrarse a sí mismo que es capaz de lograr lo que se ha propuesto.

1.12.1.3. AMPLIACIÓN DE LOS CAMPOS DEL SABER

Según Fernández J (2008) señala que;

“La innovación, sello cardinal de esta economía del conocimiento, se puede llegar por diversos medios: la curiosidad, la creatividad, la investigación, el ingenio, la casualidad, la intuición, la imaginación, las inferencias, las hipótesis, las abstracciones. Todo ello a partir del sólido y actualizado conocimiento del innovador, y al hablar de conocimiento, habríamos de referirnos tanto al saber consciente que ha de crecer cada día”.

Aquí el autor plantea que al ampliar los campos del saber es necesaria una virtud, por así decirlo, la innovación para lograr dar una perspectiva de las cosas hacia un conocimiento más profundo que nos lleve dentro del proceso de aprendizaje que al trascender en los diversos medios el cual se vaya a desenvolver en el trascurso de la vida tanto profesional como personal.

Por otro lado, dentro de los hallazgos encontramos como los estudiantes relacionan la actividad física con la vida y su profesión afirmando; “la forma que lo dio usted es bien, porque la relación actividad física con la vida cotidiana y la carrera, es darle un mismo sentido a todas las cosas si las cosas que hacemos un su clase como el de la piscina y aprender a nadar un poquito nos puede ayudar al tratar de salvar el ganado en un río y prestarle un auxilio, examinándolo mirándolo sino tiene alguna herida. (E07JDSC)” y también “Mucho porque me he dado cuenta que puedo relacionarlo en varias actividades tomando las cosas que están bien o mal para mí... Por ejemplo

el masaje sensitivo yo lo puedo aplicar a un paciente o un niño que no le gustan los odontólogos y puedo calmándolo hablándole y dando un pequeño masaje y tranquilizarlo para poder atenderlo. (E03JDSB)” aquí se resalta la seguridad con que asumen el significado de las clases dándoles su propia interpretación, para su vida tanto personal como futuro profesional.

De esta manera al considerar la Actividad Física como algo innovador, se dio una apertura en el aprendizaje al ampliar el conocimiento en busca del beneficio individual y colectivo, en la cotidianidad del diario vivir; así al esforzarnos más específicamente en el "aprender a aprender" y el "aprender a innovar"; debemos contar con una actitud idónea, fruto de la motivación para una formación integral, la cual se refleje en la comunidad estudiantil.

1.12.1.4. INTEGRACION DE VARIOS SABERES

Al interpretar la definición, integración de varios saberes se considera según el autor Martínez M (2008) *“que es un movimiento intelectual y académico denominado “transdisciplinariedad”, el cual desea ir “más allá” (trans), no sólo de la uni-disciplinariedad, sino también, de la multi-disciplinariedad y de la inter-disciplinariedad”,* o sea llevar el conocimiento a un proceso de integración, a partir de la unión de más de dos disciplinas, y su resultado final genere la solución de un problema de investigación.

Esta idea va más allá *“su meta o ideal no consiste sólo en la unidad del conocimiento, que es considerada como un medio, sino que camina hacia la auto transformación y hacia la creación de un nuevo arte de vivir”.* Martínez M (2008), citando al Congreso de Lucarno, Suiza (1997). La transdisciplinariedad pretende tener una visión amplia que intervengan: la cultura, la política y la religión, que asimile y comprenda las perspectivas y el conocimiento de los otros, sus enfoques y puntos de vista.

Así los estudiantes expresan como les puede servir en su profesión; “A pensar diferente con ideas lucidas de una manera más específica y las relación con las cosas que hago y precisas. (E05JDSB)” y “con los trabajo que realizo y cuando estoy practicando algún Deporte porque en algunos casos debo darle sentido para hacer las cosas bien por muy simples y sencillas que sean siempre nos van a servir para algo, ya sea en la parte física, emocional y en la sociedad. (E06JDSC)”. Así la actividad física dio una apertura a la reflexión de lo que se realizaba, buscando darle sentido y utilidad en diferentes momentos y contextos en el cual se desenvuelvan.

Este movimiento tiene una intención, que es sobrepasar las limitaciones del conocimiento que reflejan las disciplinas, al ser poco exploradas y potencializadas por su complejidad en una realidad, por esta razón la transdisciplinariedad en su apertura de conocimiento, busca facilitar y permitir la construcción de un espacio intelectual para comprender las complejas realidades del mundo actual.

1.12.1.5. MEJORAMIENTO DE LA PRODUCTIVIDAD INTELECTUAL

Retomando lo planteado por Mijares E (2002) señala que;

“Lograr que la velocidad de transformación del conocimiento incorporado en él diseño curricular sea mayor que la velocidad de transformación del conocimiento tecnológico, en otras palabras, no enseñar a vivir de la dependencia intelectual (como hacer las cosas), sino, enseñar a vivir de la independencia intelectual que permita la transformación continua del conocimiento (como mejorar continuamente las cosa que se hacen) -no me des el pescado ni me enseñes a pescar, enséñame como mejorar continuamente la forma de pescar“.

Es claro interpretar como el conocimiento para llevarlo a un nivel superior, hay que saber transformarle, dar la continuidad del proceso pasar de la

dependencia de lo que se enseña a la independencia, o sea enseñar un conocimiento desde el hacer a él cómo se hace, buscando ante todo que cada persona elabore su propia forma de mejorar su conocimiento.

Así debemos considerar los hallazgos expresados, ya que aquí hay una manifestación clara de cómo les puede servir la actividad física, afirmando; “al cambiar el modo de ver las cosas desde el Deporte a mi carrera es un ejemplo que me sirve para hacer las cosas (...) Al aprender como le pego al balón de voleibol es como aprender a utilizar los instrumentos de odontología para hacer alguna parte de los dientes, paso a paso. (E04JDSB)” y “lo que he aprendido hasta ahora es relacionar las cosas que hago sin importar lo que sea, siempre hay algo importante para sacarle provecho... La caminata, como los caminos fangosos se relaciona con lo difícil que es el camino que debemos seguir en esta carrera. (E02JDSB)” en las dos interpretaciones hubo un ejemplo claro, de cómo una actividad desarrollada puede ser utilizada en la cotidianidad, aprendiendo a sacarle provecho de alguna manera a cada una de las situaciones al relacionarlo de forma práctica y útil al contexto el cual se quiera manifestar.

De este modo, el conocimiento es producido por cada persona e incorporado a través del aprendizaje como una herramienta para potencializarlo. Así el conocimiento debe estar al servicio de las personas y no las personas al servicio del conocimiento; además cada persona debe estar en una continua transformación del conocimiento para descubriendo su propia realidad.

1.12.2. LA ACTIVIDAD FÍSICA FORMATIVA COMO FACILITADOR EN LAS RELACIONES SOCIALES.

1.12.2.1. EXPERIMENTACIÓN DEL CAMBIO DE ACTIVIDADES FÍSICAS

El Deporte es una realidad social importante, que está presente en nuestras vidas, cuya función es socializar y educar desde la escuela en valores culturales y sociales. Así el Deporte puede ser tomado como medio facilitador e integrador para todos y como modelo abierto, pactado, recreativo con un alto componente intelectual. Buscando la diversión en la actividad física lo deportivo en lo lúdico lo formativo en las aplicaciones en la salud, resaltando su utilidad en la ocupación del ocio, el tiempo primordial en la educación, la formación integral en su desarrollo humano (Martín y Pedraza 2008).

Los estudiantes manifestaron: *“Que se puede participar más en las actividades, conocer a estudiantes de otros semestres y realizar unas actividades de integración y aprender un poco de cómo jugar otros Deportes como voleibol y natación. (E05JDSB)”*, y *“por otro lado el juego es una herramienta importante para integrar a los estudiantes, para divertirse, gozárselo y salir de la monotonía desde un juego alternativas o variantes se observa la disposición para realizarlo y experimentarlo; así el no quedarse con un juego refleja la participación y la actitud de la clase percatándose que no es típica o tradicional DR06DSC”*, dieron el visto bueno a la gran variedad de actividades que se desarrollaron con el programa asequibles para todos, en una experiencia hacia nuevas relaciones interpersonales y nuevos conocimientos en torno a la recreación.

No se trata de cambiar los Deportes o aumentar el número de prácticas que se pueden realizar, es adoptar la forma de llevarlo a la práctica, de cambiar el sentido de competencia y selección de practicantes, volverlas acogedoras

y asequibles para todos los estudiantes, sin tener en cuenta la condición física o el género, facilitando la integración y el goce donde todos tengan la posibilidad de aportar ideas y como una forma de aprovechar el tiempo libre.

1.12.2.2. GENERACIÓN DE PARTICIPACIÓN E INTEGRACIÓN

Según la ONU (2005), en el año internacional del Deporte y la Educación Física se planteo;

“El Deporte y la Educación Física juegan un papel importante en el desarrollo humano. Por su naturaleza intrínseca, tienen que ver con la participación, la integración y el sentido de pertenencia, unen a los individuos y a las comunidades, realzando los puntos en común y superando las brechas culturales y étnicas, proporcionan un foro para aprender habilidades tales como la disciplina, la confianza y el liderazgo, y transmiten principios fundamentales que son importantes en una democracia, tales como la tolerancia, la cooperación y el respeto Aquí se afirma como la actividad física y el Deporte es una intervención social que se manifiesta con algunas características de la participación e integración en las personas, no solo así misma también con los demás.”

Aquí se determina como en el desarrollo humano, por medio del Deporte y la Educación Física, se les puede facilitar a las personas interactuar y compartir sus ideas culturales, con la posibilidad de proporcionar habilidades y principios que intervienen tanto a nivel individual como social. De esta manera al incluirlo como una herramienta del aprendizaje, se interviene tanto en los programas y políticas de desarrollo educativo, incluyendo aquellas que contribuyen al logro de los objetivos de desarrollo de un mismo país.

Por medio de los hallazgos, se opina acerca de la conveniencia afirmando; “Porque se dan posibilidades de participación, integrando al grupo de las diferentes actividades sin importar si son hombres o mujeres y demostrando que no es solo en campeonatos que se puede competir, de otra forma hasta con uno mismo cuando hay un objetivo determinado. (E07JDSC)”, al interpretar como las clases permitieron integrarse; sin importar el género y

las actividades realizadas, ampliando la comunicación y el multiculturalismo por medio de la participación que ofrece la institución universitaria.

De igual forma se consideraron las contribuciones en la muticulturalidad que se ratificaron con lo observado en los diarios de campo; “Así aumenta la confianza dejando por parte y parte los prejuicios y la desigualdad al trabajar con sus compañeros mejorando la voluntad para integrarse, aprender de los demás y trabajar en grupo dando la posibilidad de conocerse a sí mismo hasta dónde puedo llegar y como lo puedo realizar, que de igual forma lo puedo hacer con los demás. (DR11DSC)” y “cada actividad que desarrollamos es una experiencia más de trabajo en equipo, de compartir, de convivir y de realizar nuevas cosas que se van presentando a través de diferentes situaciones, por esa razón no solo se pueden descubrir a sí mismos descubren al otro de tal manera que van disminuyendo los prejuicios que rodea la sociedad (DR13DSB)”, vemos como los pre juicios sociales se evidencian, pero se dejan a un lado, al interactuar entre ellos mismos en la conformación de grupos de trabajo, desarrollar una sana convivencia no solo para esos momentos, sino también para la continuidad de la carrera.

El Deporte dentro de sus múltiples facetas se destaca como la herramienta importante, por el cual se puede fomentar la Educación, la Salud en el Desarrollo humano. También debemos destacar y reconoce los diferentes inconvenientes y desafíos que deberían enfrentar, ya que en la actualidad la sociedad desvirtúa o no reconoce la importancia de orientar el Deporte de forma pertinente, que haga en el ser humano adquiriera un hábito saludable y educativo que se pueda reflejar en su futuro cotidiano y profesional.

1.12.3. LA APERTURA HACIA EL DESEMPEÑO PERSONAL.

1.12.3.1. INNOVACIONES HACIA LA REALIZACIÓN PERSONAL

Por otro lado, para lograr que el estudiante pueda manifestarse libremente; debe tener la oportunidad de desenvolverse dentro de sus necesidades, permitiendo explorar y encontrar lo que en realidad puede realizar a su propio gusto; es por eso, que la innovación de las clases generen un mejor ambiente, al desarrollar espacios donde las actividades sean de amena en su realización, así Pórtela H (2001) al plantea;

“la innovación no debe buscarse en términos absolutos de novedad, de invención, sino mas bien en términos de tratamiento de situaciones para mejorarlas o transformarlas, a partir de adicionar elementos nuevos a los existentes, organización distinta de lo preestablecido o la combinación de todos. Según lo anterior, la innovación no es una idea original ni necesariamente novedosa; lo que importa es si su aplicación mejora lo que se pretende mejorar.”

La innovación da pie a situaciones nuevas o transformadoras, al permitir que los estudiantes exploren sus propias posibilidades, planteando y sugirieron de lo que les gustaría realizar a través de las clases, así ellos mismos fueron participes de su proceso académico y su propio nivel de aprendizaje, dando otra perspectiva y mejoramiento lo que se quiere realizar.

Al tener cuenta como al vivenciar algunos aspectos, se genera la posibilidad de conocer afirmaciones que son propias de su experiencia, acerca de lo esperaban de las clases; *“al principio pensaba que serían cansonas y aburridoras las clases, que el profesor iba a ser muy aburrido, ahora sé que no es así, las clases han sido chéveres y divertidas, disfrutamos bastante, nos cansamos pero casi no lo sentimos porque los ejercicios son entretenidos, deberían darnos esta materia en otro semestre, y como una materia sola no sumada a otra. (E01BRDA)”* y *“si, porque, no es solo correr*

o porque toca; si uno ve el trasfondo cambia su punto de vista y porque deja algo en la vida (...) reflexionar lo aprendido; no dejarlo por ahí, darle su importancia. (E02JDSB)". Están acostumbrados a las clases tradicionales, pero al recibir otra opción, se vieron actividades divertidas, entretenidas y significativas y como las sugerencias de estas clases, son propuestas como una materia dentro del currículo académico para poderlo aprovechar.

De esta manera, la actividad física como programa innovador; da la posibilidad a los estudiantes de participar en diferentes actividades, teniendo en cuenta sus necesidades y gustos por el desarrollo de prácticas físicas, fomentando así la autonomía, la participación y la creatividad necesaria para el desarrollo integral de los estudiantes.

1.12.3.2. INNOVACIÓN HACIA LAS PRÁCTICAS SALUDABLES

Hacia el mismo sentido, se direccionan las clases de actividad física, pero desde una perspectiva más concreta, como lo son las prácticas saludables, considerando lo planteado con anterioridad sobre innovación por Pórtela H (2001). Se puede abarcar las prácticas saludables que según tenisvspadel.wordpress.com (2008) indica:

"Dentro del concepto de salud, el ejercicio físico cumple un rol fundamental, ya que al practicarlo de manera cotidiana, aumenta la vitalidad en general y reduce la posibilidad de padecer enfermedades...Es aquel, que pone en movimiento al cuerpo en su totalidad o a una parte del mismo, de manera armónica y ordenada, en beneficio del desarrollo y conservación de sus funciones."

Para lograr que las prácticas físicas sean beneficiosas; se hace necesario mantener su continuidad, ya sea en diversidad de actividades que generen un significado y que sean utilizados para su reflexión; así se pueden obtener logros en las actividades saludables realizadas.

La apertura de las prácticas físicas generan algo nuevo, en donde los estudiantes pensaban que se realizarían de otra forma; “al inicio, pensaban que iban a ser como en el colegio donde no hacíamos nada, solo jugar con un balón y a veces hacer unos ejercicios cansones, sin sentido. Ahora pienso que las clases fueron muy chéveres porque el profesor hizo muchos juegos y vimos varios Deportes; nos enseñó sobre nuestro cuerpo y nuestra salud. (E02BRDA)”. De esta manera, no solo se cambió la perspectiva de las clases, se dieron a conocer nuevas posibilidades y alcances, tanto a nivel corporal como a nivel saludable, así las clases fueron la oportunidad para que el aprendizaje fuera tomado con un mayor sentido.

Las actividades físicas con enfoque saludable son la oportunidad para que todos los estudiantes puedan conocer e interpretar a su modo de ver; no solo en el proceso de la Universidad, son para ser utilizadas en la cotidianidad y en su proyecto de vida.

1.12.3.3. INNOVACIÓN EN LA REALIZACIÓN DE PRÁCTICAS FÍSICAS

Al tener en cuenta las prácticas físicas como una innovación, se debe intervenir en un aspecto importante como lo es su realización; ya que al poner en ejecución algo se debe percatar de quién lo ejecuta, para determinar los alcances y la consecución de objetivos; de esta manera Viciano J (2000) define;

“Las innovaciones en EF y las tendencias innovadoras, son producto determinante del profesorado en activo para el avance del conocimiento curricular en nuestro Área... los cambios planificados en la intervención didáctica del profesor de EF, en los materiales que utiliza o en su contexto, con el fin de mejorar la calidad educativa y la profesionalización. De esta forma, sólo entenderemos como innovaciones aquellas mejoras controladas y planificadas, y no a los cambios espontáneos sin convicción o garantías de éxito”.

Así, las prácticas innovadoras fueron ejecutadas por las intervenciones de los propios profesores, quienes por medio de la creatividad en la organización, planificación y ejecución de las actividades, crearon un ambiente propicio para el mejoramiento del aprendizaje en las prácticas, generando apertura en la pedagogía desarrollada.

Es aquí donde los hallazgos se hacen evidentes, cambiando la visión de los estudiantes hacia las prácticas físicas, pasando de prácticas tradicionales a las que estaban habituados, a un concepto de participación y de apertura a otras actividades, expresando; “no había practicado algunas actividades como relajación y gym, ni otras formas de hacer Deporte con todos los compañeros, conociendo más sobre el calentamiento y que se puede hacer con un simple juego. (E10JDSC)” y “Si, creía que era más exigente, ahora la veo como una materia más divertida y chévere. (E07BRDA)”. Se generaron transformaciones, pasando de una clase aburrida o llena de ejercicios de forma exigente y tradicional, hacia un cambio de prácticas de actividades lúdicas, acorde a los gustos de los estudiantes.

Así mismo, con relación a la conveniencia de las prácticas físicas formativas, los estudiantes reflejaron que; “esperaban que íbamos a correr, mucho ejercicio y cansancio, ahora sé que la actividad física avanza también en la formación integral de las personas, el pensamiento y la actitud positiva. (E05BRDA) y “Esperaba que iba a ser más divertida, en el sentido de que jugáramos o practicaríamos voleibol y baloncesto, armando equipos, los ejercicios más exigentes; ahora puedo decir que me divertí, las dinámicas estuvieron bien, las prácticas en el gimnasio me encantaron y sobre todo la relación tan chévere con mis compañeros. (E07BRDA)”. Dándose a conocer, como las prácticas físicas pueden ser una herramienta necesaria para aprender cosas nuevas a nivel personal, en la cotidianidad universitaria y

para el desarrollo integral en un aspecto pertinente en los estudiantes de Educación Superior.

Por esta razón, la innovación de las prácticas dentro de la planificación y la transformación de un contenido curricular académico al ser ejecutable; dependen del docente quien puede llevar a la realidad lo que se plantea, utilizando su propia creatividad y recursividad dentro de los objetivos planteados. Así la innovación de las prácticas físicas puede tener el impacto necesario y oportuno en el desarrollo pedagógico de la comunidad estudiantil y en el desarrollo curricular que se puede reflejar a mediano y largo plazo.

1.12.4. RECONOCIMIENTO PERSONAL

1.12.4.1. SATISFACCIÓN INDIVIDUAL

Dentro de los conceptos de salud tenemos: *“Un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”*. Donde el sujeto se encuentra a gusto consigo mismo y con el medio que lo rodea, la existencia de bienestar se puede perder aún en ausencia de enfermedad; dependiendo de factores de la comunidad humana; no es algo que una persona pueda alcanzar aisladamente. (OMS, 1946).

De acuerdo con las manifestaciones de los estudiantes, cuando mencionaron: *“no podemos hacer bulla ni hablar en clase, en cambio estas clases de Deporte son todo lo contrario, disfrutamos, hablamos entre nosotros y puedo hacer toda la bulla que yo quiera. E01BRDA”*, y de acuerdo a lo que se pudo observar: *“No son las típicas clases son cosas nuevas.DR03DSB”*, manifestaron una gran alegría que alcanzaron en el transcurso de las clases como algo que ellos anhelaban desde un principio.

No es suficiente la ausencia de la enfermedad para sentirme bien conmigo mismo y con las demás personas, al estar limitados en expresiones y necesidades, se pierde el equilibrio físico y mental; al permitir el desahogo y la libre expresión, conllevan a un bienestar general en todos los aspectos del ser humano, cuando el individuo tiene la facilidad de expresar sus ideas y realizar las actividades que más desea llega a la satisfacción individual.

1.12.5. RECONOCIMIENTOS HACIA LA SALUD

1.12.5.1. CONTRIBUCIONES EN LA SALUD

En este mismo sentido, se consideraron las contribuciones a la salud en las actividades físicas; como un efecto necesario en el desarrollo formativo de cada individuo, que pueden ser el reflejo en un futuro a través de la disposición y la continuidad que se desee generar, por lo tanto Pérez S V, Devis D. J. (2003) plantean;

“La práctica de actividad física se considera como un medio para mejorar la salud, entendida como ausencia de enfermedad. La función de la actividad física sería la de curar o evitar la aparición de enfermedades, especialmente aquellas que se asocian con el sedentarismo...La salud se vincula al concepto de calidad de vida, es decir, la percepción por parte de los individuos o los grupos de que se satisfacen sus necesidades y no se les niega oportunidades para alcanzar un estado de felicidad y realización personal.”

Es así, como la actividad física puede ser considerada como una herramienta que se vincule en la calidad de vida; la cual no se limita al concepto del mejoramiento de la salud al evitar enfermedades, le da una apertura a la satisfacción de las necesidades como una oportunidad realizable.

Un claro reflejo, son las afirmaciones de los estudiantes, al reconocer las contribuciones de la actividad física a su salud, donde consideran; “que le

estoy haciendo un bien a mi cuerpo, siento alegría de estar haciendo algo productivo. E07BRDA” y “disfruto, me río, la paso muy bien con quien hago cualquier Deporte y la satisfacción que contribuye a la salud de uno mismo. (E05JDSB)”. De esta manera, hubo una afirmación clara que las prácticas desarrolladas no solo se dirigían hacia la salud, incluyen el disfrute y la alegría que se articula como algo productivo para el bienestar saludable.

Por esta razón, se deben considerar todos los alcances que se pueden lograr directa o indirectamente al practicar una actividad de acuerdo a las necesidades y los gustos de cada individuo relacionada con la salud, que pueda orientarse a todas las personas, considerando efectos secundarios o en la manera en que impacta en los seres humanos.

1.12.5.2. TOMA DE CONCIENCIA HACIA LA SALUD

Los procesos constructivos sociales promueven el bienestar del individuo a través de, *“formas sanas de ocupación del tiempo libre; promoción y prevención de la salud con el propósito de crear hábitos de vida saludable; reflexión respecto a la identidad universitaria y social con el fin de dar sentido a los proyectos de vida de las y los estudiantes”*. (Ortiz 2001).

En busca de rescatar las prácticas sanas, la actividad física enfatiza en el cuidado de la salud, por lo que los estudiantes manifestaron: *“Es la oportunidad de hacer Deporte saludable no solo competir, es compartir con otros estudiantes de otros semestres. (E02JDSB)”*, aprovechando el espacio conscientemente, viendo la importancia de llevar a cabo tareas conjuntas en el tiempo libre que los beneficiara su bienestar de manera individual.

No se juega por jugar, ni mucho menos por cumplir con un horario y con otra materia, se trata de una actividad que se desarrolle, entre en un ambiente reflexivo que lleve a los estudiantes a tomar conciencia de que los principales

beneficiados son ellos mismos en las funciones orgánicas y mentales para la construcción de su futuro como personas y como profesionales.

1.12.5.3. ACEPTACIÓN A LAS PRÁCTICAS SALUDABLES

Sin duda alguna el practicar el Deporte fitness tiene como objetivo el desarrollo integral de todas las cualidades físicas de las personas; un trabajo cardiovascular para mejorar el sistema cardio-respiratorio, un trabajo con cargas y de la flexibilidad y elasticidad para potenciar el sistema neuro-muscular y mantener y al nivel psico-afectivo, el tener la disposición y la actitud. (Tan N 2008).

A medida que se desarrollaron las clases, se les explicaba a los estudiantes los beneficios orgánicos y mentales de las actividades, la importancia de la práctica continua y el cambio en los hábitos de vida; cuando manifestaron: *“Bien porque ayuda a tener hábitos saludables, a reforzarse en el cuerpo y mente. (E04JDSB)”*, demostraron la aceptación por esta serie de actividades que poco a poco los fue beneficiando en su vida personal.

Cuando se tienen claros los propósitos al desarrollar una serie de actividades, se reflejan resultados en el bienestar general, consigo mismo y con los demás, los niveles de autoestima se elevan aumentando la seguridad en si mismo, los hábitos de vida y alimentación empiezan a ser cuestionados para disminuir el estrés mental que favorecen el " sentirse bien" después del ejercicio; siendo motivados cuando por medio de la diversión y la alegría y a su vez cuidando el organismo modificando hábitos y el estilos de vida.

1.12.5.4. LOS BENEFICIOS DEL DEPORTE EN EL ORGANISMO

Respondemos con palabras del Dr. Don Antonio Casímiro Andújar (2003) (Universidad de Almería): “A la habitual pregunta que algunas personas se hacen: *¿Qué actividad física debo realizar?, la importancia no está en la Actividad Física sino en cómo se la lleva a cabo*”. Esta frase refleja algo tan simple como fundamental: cómo tomar en cuenta las necesidades y posibilidades de cada persona no se percatan de las diferentes alternativas a las que pueden acceder, ni los beneficios que se pueden obtener. Podemos indicar que la actividad física deportiva es beneficiosa en nuestras vidas por diferentes motivos, entre los que citamos los siguientes; *nivel óseo y articular, nivel cardiovascular, nivel respiratorio, nivel metabólico, nivel psicosocial* (Citado por el Andújar A 2003); de igual forma sus beneficios con muy amplios no solo a nivel fisiológico, también a nivel psicológico dándonos una mayor posibilidad para el ser humano, ya que por algunos motivos solo nos percatamos de la imagen corporal externa y dejamos de lado la parte interna, algo que se nos refleja un algunos momentos de la vida.

Los hallazgos expresados por los estudiantes a las relaciones con el desempeño académico, plantean “al tener una mejor condición física conociéndola, no pensaba que la podía mejorar, ya que estoy tomando mucho y como las actividades físicas me tiene atento en las clases y más despierto. (E04JDSB)” y “He descubierto que he mejorado en cuanto a mi estado físico porque hace años lo hacía y sirve para coger animales y para inyectarlos. (E09JDSC). De esta forma los estudiantes se dan cuenta como al descubrir y mejorar su condición física, reflejada en su desempeño académico primordial en todo proceso de aprendizaje.

Algunos beneficios sobre la salud que supone la práctica de algunas actividades físicas por muy moderada que esta sea; se pudo observar que

traen consigo una notable mejora de la salud física y mental de la persona que la realiza, que se reflejó también en la capacidad de concentración aplicada en el campo de los estudios y situaciones de la vida cotidiana; así las personas son capaces de desarrollar constantemente actividades físicas y superar obstáculos que se presentan en la vida diaria.

1.12.5.5. CONTRIBUCIONES EN LA CONDICIÓN FÍSICA

Para entender desde otro punto de vista la actividad física, es el caso del ejercicio físico, se define *“como una actividad física planificada, estructurada y repetitiva que tiene como objetivo mejorar o mantener los componentes físicos”*; de esta manera se puede relacionar o aclarar que este concepto es requerido por un método ya establecido donde el objetivo es el mismo enfocado a la condición física, (Vilaplana 2001).

Aprender a realizar los ejercicios correctamente desde el principio, puede llegar a ser más beneficioso que hacerlos por hacerlos, en las observaciones se pudo apreciar que: *“Descubrieron que lo importante no es la cantidad sino la calidad, no ganarle a su compañero en repeticiones o peso levantado, sino en realizar mejor la técnica y sincronizar la respiración.DC06BRDA”*, también se pudo observar que: *“Los estudiantes se exigieron al realizar las actividades sobre todo deportivas, con el fin cultivar el estado físico y demostrar las jugadas que podían hacer sobre todo en el partido de fútbol, sudar un poco y pasarla bien.DC07BRDA”*, mejorando así la respuesta cardio-respiratoria, la resistencia a la fuerza y las capacidades técnicas de los estudiantes.

En el momento que se lleva el cuerpo al máximo de exigencia en el ejercicio físico, se mejoran los niveles de respuesta, en sus expresiones los estudiantes manifestaron: *“En la exigencia, si aguanto o no si puedo realizar*

las cosas bien así mi cuerpo se siente más suelto. E04JDSB”, vivenciando los beneficios que la actividad física otorga en el momento en que colocamos un poco más de esfuerzo en el desarrollo de las actividades.

Al diseñar un plan de trabajo y un plan de acción bien estructurado, en el cual se requiera de trabajo constante en la medida en que se vaya desarrollando aumentan los niveles de exigencia, se logran mejorar entre otros aspectos, la respuesta cardio-respiratoria, la resistencia a la fuerza, la concentración mental, suben las defensas del organismo y el estado anímico entra en un estado satisfactorio. El organismo entra en proceso de cambio positivo porque se fortalece desde varios aspectos, músculos, articulaciones y la parte psicológica, dando respuesta a las necesidades del ser humano en las labores diarias que realiza sin importar el tipo, pueden ser en su desempeño profesional como para el bien propio.

1.12.6. CONTINUIDAD EN EL PROCESO FORMATIVO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

1.12.6.1. BENEFICIOS DE LAS PRÁCTICAS FÍSICAS

Las prácticas físicas se definen como; La actividad física que va a proporcionar la deseada calidad de vida, ya que mejorando la forma física, nos sentimos fuertes y seguros ante los retos de la vida diaria, dándonos una de las partes de la actividad física que proporciona el bienestar en las personas como una forma de incentivar a la seguridad tanto física como mental para afrontar las situaciones que se puedan presentar en el proceso del mejoramiento de la calidad de vida. (Rojo González Jesús 2008).

Cuando se realizaron las observaciones en torno a cómo los estudiantes le dieron uso a las prácticas físicas encontramos que: *“A los estudiantes les*

interesa además de aprender e integrarse, jugar un rato, gozar de un partido amistoso, en la semana no cuentan con el espacio el tiempo libre que les queda, es demasiado corto intermedio de las clases, si juegan entran a clase sudados y cansados, situación que este día no se presenta. DC12BRDD”, utilizando las prácticas físicas en beneficio propio, además manifestaron: “Me enseña a ser una persona más organizada, a estar constantemente en movimiento y no quedarme sola viendo televisión, salir de la casa disfrutar del tiempo libre y de la a mistad de las demás personas. E04BRDA”, usadas como una manera de distraerse de las labores cotidianas dentro de la Universidad, de salud física y de integrarse con los demás compañeros.

Los estudiantes encuentran en las prácticas físicas, una herramienta para salir del cansancio que les deja las labores académicas, tanto mental como físico, lo cual parece paradójico, un cansancio de estar una larga jornada sentados, en una sola posición; lo que cambia totalmente cuando juegan, se ríen, gritan y disfrutan del espacio libre, como tomar aire para volver frescos a las labores dentro de la universidad.

1.12.6.2. CONTINUIDAD EN LAS PRÁCTICAS FÍSICAS

El concepto de continuidad busca una tarea perseverante, con efectos de cambio en quienes siguen dicha labor que con esmero pretenden lograr transformarse, como en el caso de la actividad física y los Deportes, de este modo encontramos que:

“La actividad física, debe ser tomada como una práctica regular y sistemática en la vida de todas las personas, sin distinción de edad, sexo, condición social u ocupación, por el sinfín de beneficios para la salud orgánica, emocional y psíquica de las personas, ya que ofrece herramientas que le permiten al individuo afrontar la vida con una aptitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo la diligencia y la perseverancia, con sentido de honradez, responsabilidad y del cumplimiento de las normas; en fin, permite que las personas como entes individuales tengan la vitalidad, vigor, fuerza y energía

fundamentales para cumplir con su deber en el grupo social al que pertenecen. Parra (2003) (2007, Junio 3);”

La formación es un proceso continuo que gradualmente va formando a la persona en pro de adquirir sus conocimientos, comportamientos y capacidades; en el momento en que se interrumpa que se ha logrado mejorar corre el riesgo de perderse, lo que implica comenzar de nuevo; cuando los estudiantes manifestaron: “En mi opinión, un solo semestre es muy poquito para hacer Deporte, a mi me gusta el Deporte y casi no me queda tiempo para practicarlo en otro semestre le dedicaríamos más tiempo y nos darían el espacio. E02BRDA”, dieron a conocer su preocupación al correr el riesgo de perder el hábito de practicar de manera continua la actividad física.

En las observaciones se pudo apreciar que: “No es necesario dividir el grupo por géneros, este tipo de actividades se pueden desarrollar en conjunto, los hombres crean un ambiente de recocha pero a la vez de confianza, esto puede unir al grupo, además los más arriesgados son los hombres siempre tomaron la iniciativa para las cosas, animarían a los demás a participar. DC17BRDA”, como un proceso continuo que requiere de tiempo para su perfeccionamiento, que los resultados necesitan de tiempo y un solo semestre no es suficiente para motivarse a realizar alguna actividad física.

Todos los procesos llevan su tiempo, para algunos es corto y para otros es largo, cuando se trata de la formación y el conocimiento es una construcción lenta y constante, más cuando hay expectativas y motivaciones por el agrado de lo que se realizó, se debe dar continuidad para garantizar excelentes resultados en la conformidad a lo planeado.

1.12.7. DESARROLLO PERSONAL

Los beneficios de las tareas en conjunto dependen de la intención individual de las personas, querer aprender de los demás, comprobar la precisión de lo que se; como las prácticas deportivas, un fenómeno social total, un instrumento privilegiado por la integración de los individuos y el intercambio de saberes y estilos de vida, (Elias N. 1992).

En las observaciones se pareció que: “Los estudiantes siempre demostraron su disposición para aprender, siempre estuvieron a la expectativa, siguiendo paso a paso las actividades propuestas participando de ellas con el fin de disfrutar e integrarse con los demás. DC11BRDA”, mostrando la intención de aprender más acerca de los demás a través de las actividades recreativas.

Cuando los estudiantes manifestaron: “Siempre nos hacemos con los compañeros que nos caemos bien, que son trabajadores y son serios para los trabajos. E02BRDA”, también: “Es algo donde puedo compartir con mis compañeros, momentos de respeto, amistad, conociéndonos un poco más y no quedándonos con el mismo grupito, para saber con quién voy a compartir mis momentos de universidad. (E07JDSC)”, demostraron estar siempre abiertos hacia los demás, de interactuar en busca de mejorar la amistad con los compañeros mientras estaba aprendiendo a pasar momentos agradables.

El ambiente que se genera en las actividades recreativas, surge no solamente de la intención de las mismas, sino de la intención de los participantes, generada por la motivación por pasar un rato ameno y compartir de juego y de Deportes con los demás.

1.12.8. LA IMPORTANCIA DE ESTAR SIEMPRE ACTIVOS

Según Medina señala que las persona activas; *“son las personas que van tras lo que quieren. Es muy posible que no lleguen a su meta, pero nadie puede decirles que no hicieron su intento para poder alcanzarlo. Son los que no esperan que pasen las cosas, son los que ponen las condiciones necesarias para intentar que pasen”* esta es una clara definición de personas que tienen iniciativa para desarrollar lo que se proponen no esperan que las cosas le lleguen, por esta razón estas personas muchas veces son las que ponen las condiciones para realizar las diferentes actividades que intervienen en las acciones de la vida cotidiana (Medina Enrique (2007).

Aquí se consideraron los hallazgos sobre lo que se piensa de actividad física en la Educación Superior, expresando que; *“Es muy importante, porque nos exige ejercitarnos, cumplir ocupar el tiempo haciendo algo productivo. (E02BRDA)”*. De esta manera los estudiantes tienen la posibilidad de realizar una actividad que los mantenga ocupados en algo pero útil y muy productivo, ya que no sólo es el cuerpo el que ejercitan, también su mente al sacarle provecho a las clases de forma beneficiosa.

Así mismo los diarios de campo en sus hallazgos nos confirman; *“Es necesario reconocer que los estudiantes se sientan a gusto, se diviertan y que gocen con los compañeros que este espacio, los puede desplazar a un lugar de distracción fuera de la monotonía de las aulas de clase y del stress estudiantil el cual se están sometido (DR03DSB)”* y *“al ser una actividad lúdica divertida hacen que los estudiantes desplieguen su expresión sus propias expresiones corporales de cómo él juego sirve (DR04DSC)”*, la actividad física genero un espacio de distracción sana de forma individual y colectiva para salir de la monotonía y de la cotidianidad educativa al cual

están sometidos. Donde ellos tienen la oportunidad de desplegar sus propias expresiones desde su iniciativa, conociendo un poco lo que les puede servir.

Las personas activas son aquellas que buscan la mayor producción de las cosas, procurando ante todo dedicar y explorar las posibilidades que generen en ellos; para lograr alcanzar los objetivos propuestos, así no los consigan pero tienen el entusiasmo de que lo intentaron.

1.12.9. LA PUESTA EN PRÁCTICA DE LO APRENDIDO

Según A María Elena (2003) plantea que; *“Se refiere a la capacidad de los sistemas aprendientes para retener el conocimiento y ponerlo en práctica, así como la puesta en marcha de la mejora continua al practicar lo aprendido...requerimientos; motivación, deseo, aprendizaje, práctica”*. Es de esta manera como al ir adquiriendo un conocimiento de forma permanente se debe colocar en práctica para comprender y generar utilidad en las cosas que se realizan y que puedan tener significado. Así mismo el proceso de aprendizaje va a tener la importancia necesaria para lo que se requiere, reforzar los conocimientos adquiridos.

Desde esta posibilidad los estudiantes expresaron el significado como les pudo servir al relacionarlo con su profesión, opinando; “Porque uno los pone en práctica, así sea enlazando las vacas o caminando por los potreros. (E10JDSC)”. Aquí se puede observar, que hay una interpretación relacionada con lo que están estudiando, generando una apertura al aprendizaje que adquirieron durante las clases, no se limitaron a solo hacer las cosas por hacerlas, le dieron un significado de como lo pueden realizar en su profesión.

Entender el proceso de poner en práctica lo aprendido se debe considerar, al definir cada una de las etapas del proceso; Motivación, Deseo, Aprendizaje y

la Práctica, como una herramienta del mecanismo del aprendizaje al enriquecer el conocimiento y adquirido de forma continua y permanente cuando se quiere poner en uso y cuando hay una necesidad que justifique el aprendizaje y el conocimiento que se quieran adquirir.

Desde aquí se pudo realizar un primer acercamiento a las aspiraciones de los estudiantes, que al parecer, son el reflejo de lo vivenciado durante las clases; se observó que cada persona tiene la posibilidad, desde su propia iniciativa, de ir creciendo personalmente dentro de su proceso de aprendizaje, que ocurre de forma permanente y actúa como un instrumento de desarrollo que va en busca de la aprehensión misma como ser humano.

El desarrollo personal se presenta como un proceso a través del cual cada sujeto, se va transformando, desarrollando características particulares, actitudes, hábitos para su desarrollo individual y la convivencia dentro del entorno universitario, como un asunto de utilidad que puede acontecer a nivel personal y en su futuro profesional; pero el desarrollo personal también se asume a partir de la formación de personas sociales, autónomas, críticas y creativas, únicas e irrepetibles.

1.12.10. RECONOCIMIENTO EN LAS PRÁCTICAS FÍSICA

Un elemento importante, el cual los estudiantes reconocen en las prácticas físicas sus propias capacidades y habilidades para desarrollar una actividad que se refleja una contribución personal para ser utilizada en sus hábitos cotidianos, así se tiene en cuenta la afirmación de Ortiz T (2009) quien plantea lo siguiente:

“Veíamos con preocupación que muy pocas instituciones estaban comprometidas con el Deporte en aquellos días, como base del desarrollo productivo de las personas. Lo que no se daban cuenta (pensábamos) era

que el Deporte era -y es- la base para el incremento real del rendimiento personal, tanto en lo académico en el caso de los alumnos, como del trabajo en el caso de las empresas. En efecto, el Deporte constituye la fuente de mejoramiento y de desarrollo de la sociedad, es la base para el cultivo de hábitos sanos generadores del éxito en el mediano y largo plazo.”

Aquí se afirma como el Deporte es fuente primordial para la realización de diferentes aspectos personales reflejados en el desempeño y desenvolvimiento de cada ser humano; que se pretenden lograr y cultivar mediante un proceso continuo y organizado de las prácticas y que pueden ser direccionadas hacia el desarrollo como un hábito saludable.

A través de los hallazgos y las contribuciones a nivel deportivo se reflejaron y señalaron de la siguiente manera; “Me doy cuenta de que soy bueno para el fútbol, tengo buen estado físico y soy ágil con el balón, lo que algunos de mis compañeros les falta. (E05BRDA)” y “porque nos damos cuenta de nuestras capacidades, me di cuenta que hay compañeros que les gusta el Deporte y otros que son muy perezosos. (E08BRDA).” Así, las prácticas deportivas a nivel de actividades tradicionales y no tradicionales demostraron a los estudiantes, las capacidades y las habilidades que tenían en las diferentes prácticas en relación a sus compañeros.

Por otro lado se debe considerar la motivación de los estudiantes al realizar las prácticas físicas, como un aspecto esencial para su desarrollo, así según Ángel C (2008); nos define la motivación para poder articularla hacia las prácticas físicas y dar una argumentación más precisa de lo que se requiere como el reconocimiento en la actividad física, “la motivación también es considerada como el impulso que conduce a una persona a elegir y realizar una acción entre aquellas alternativas que se presentan en una determinada situación. En efecto, la motivación está relacionada con el impulso, porque éste provee eficacia al esfuerzo colectivo orientado a conseguir los objetivos”. De esta se infiere que la motivación es propia de cada persona

nace desde su interior para realizar sus propias acciones, provocando una conducta que puede ser capaz de conseguir sus propios objetivos.

Es así como los estudiantes expresaron lo siguiente para ratificar la conducta hacia las prácticas físicas: “el experimentar actividades dinámicas hace interesarse por ejercicios no solo en su parte física, también en su autoestima... Mantener esta dinámica de juego, ya que dan buenos resultados, donde sean ellos que propongan las actividades DR15DSB” y “es placentero como desde un juego recreativo o Deporte tradicional se puede tomar conciencia de los hábitos saludables y no saludables el cual se aprovechan en el tiempo libre y como los tenemos al alcance de todos DR16DSC”. Por lo tanto al experimentar las prácticas, ellos se percataron que no solo hay un beneficio, empezaron a tomar conciencia para desarrollarlo de forma habitual y obtener un resultado que se empieza a visualizar para su futuro.

Las prácticas fueron el reflejo del aprendizaje motivante de alguna actividad saludable, que debería enriquecerse con espacios, en los cuales se evidencien: los factores lúdicos, recreativos, saludables, educativos, como también otras opciones deportivas que emergen a diario; siempre y cuando el factor educativo contribuya al mejoramiento y el desarrollo personal de la misma sociedad.

1.12.11. ACTITUD FRENTE A LAS ACTIVIDADES QUE GENERAN INTEGRACION

1.12.11.1. DISPOSICION INTERPERSONAL

Las personas al establecer las disposiciones interpersonales mediante las prácticas físicas, tuvieron la posibilidad de interactuar con otras que poco se

relacionaban, y a través las cuales pudieron generar maneras apropiadas para trabajar en grupo; pero esto depende de la disposición de las mismas personas para entablar dichas relaciones, de esta manera, Paredes J y Reina R (2006) plantea que la actividad física;

“Esto nos invita a pensar que la práctica deportiva es capaz de conectar el yo personal con el yo social. Esto nos conduce a la tesis de Norbert Elias (1992), quien definía la práctica deportiva como un fenómeno social total, instrumento privilegiado de la integración y de la interculturalidad.”

Como el Deporte se convierte en un mediador de las prácticas necesarias para la sociedad; que abarcan desde lo individual, a lo colectivo, en un proceso de interacción social; en el cual les permite conocer e interactuar con otros fenómenos y dimensiones culturales para desarrollar una sana convivencia y una cooperación grupal necesarias en el ambiente educativo.

Es aquí, donde se determino la disposición interpersonal que reflejaron las prácticas realizadas, generadas por un espacio de interacción y de convivencia que se manifestó con uno de los ejemplos: “la caminata, una actividad que necesitamos todos y de todos para afrontar obstáculos, por eso teníamos que cooperar y ayudar a los demás para sobrepasar los inconvenientes presentados. (E06JDSC)” y “la diversión, libertad e integración, porque es la primera vez que un grupo de mujeres deciden jugar con nosotros, algo que es un poco violento para ellas; también jodo y recocho con los que se puede. (E10JDSC)”. De esta manera, algunos de los estudiantes le dieron otro significado a las prácticas; en la conformación grupal, donde interactuaron con otras personas, superando inconvenientes y logrando pasar momentos agradables con todo; así las actividades se presentan no solo para unos sino para todos.

Por otro lado, la disposición de cada persona es la evidencia de lo que puede realizar si se lo proponen, es así como ellos se expresan de la siguiente

manera; “la voy a pasar chévere, que me voy a divertir y a reír un poco con mis amigas, me siento bien, muy alegre, además porque me canso y sudo un poco. (E03BRDA) y “Siento mucha alegría, satisfacción porque sé que estoy cuidando mi cuerpo, pienso que aprovecho el tiempo en algo bueno para mí y para los demás. (E08BRDA)”, cada persona disfruta de las actividades a su manera; reflejándose con los compañeros lo que siente, es un momento que pueden aprovechar para ellos mismos desde su propia iniciativa.

Al pretender que las actividades físicas se conviertan en un espacio de interacción, se debe crear el ambiente donde ellos mismos descubran que pueden realizar de forma lúdica, que les sirva a ellos y que tenga un significado importante para los demás.

1.12.11.2. RELACIONES INTERPERSONALES EN LAS PRÁCTICAS FÍSICAS

Es necesario resaltar la importancia de las relaciones interpersonales establecidas en las prácticas físicas, como una forma esencial para establecer y mejorar las relaciones, en los diferentes contextos que se pueden vivenciar; así Velázquez C (2008) plantea;

“Desde nuestro punto de vista la relación que se establece entre un alumno y el resto de sus compañeros y compañeras condiciona el aprendizaje tanto o más que otros aspectos sobre los que se hace constante insistencia como por ejemplo la adecuación de los contenidos o la metodología empleada. Si queremos que el alumnado desarrolle al máximo sus potencialidades, es fundamental que en la clase se cree un clima agradable para todos y todas.”

Se debe considerar, que en la educación se establecen espacios de integración, para un aprendizaje armónico, dentro de las prácticas físicas desarrolladas, como una herramienta pedagógica pertinente y para una forma adecuada de interacción entre los estudiantes, que favorezca la conformación de grupos y el acercamiento de relaciones dentro de un mismo contexto.

Al considerar las expresiones que se plantean acerca de las relaciones interpersonales; me percate como los estudiantes pudieron establecer el significado de la actividad física como una forma práctica para comunicarse dentro de sus prácticas donde pueden lograr; “ser más participativo e integrarme a mis amigos y tener un espíritu competitivo conmigo mismo. (E01JDSB)” y “es muy interesante, nos ayuda a integrarnos, mantiene el cuerpo activo, es una oportunidad para escaparnos de todas las actividades de mi universidad. (E02BRDA)”, me pude dar cuenta, que para ellos es un medio importante para participar e integrarse con sus compañeros, donde la posibilidad de encontrarse consigo mismo, les permite conocerse en otras actividades y reflejarse con el resto de personas.

Al utilizar la actividad física como mediador de la integración y participación en las relaciones que se generan; da posibilidad hacia una apertura al aprendizaje, fomentando mayor expresión comunicativa y contacto personal en diferentes condiciones, estableciéndose conductas necesarias para favorecer el desarrollo personal, social y ambiental de los estudiantes.

1.12.12. OPCIÓN A SEGUIR EN LOS RATOS LIBRES

Según Cuenca “el tiempo libre se considera y contempla como el periodo de tiempo no sujeto a obligaciones, es decir el tiempo que no utilizamos para trabajar, comer o dormir. El tiempo libre tiene una capacidad virtual, es tiempo a nuestra disposición que podemos utilizar adecuadamente o desaprovechar”. Cuenca M (2008) (12-30). Así podemos afirmar que el tiempo libre es el espacio que se puede utilizar para aprovecharlo en un sano esparcimiento productivo, que nos lleve hacia el aprovechamiento de actividades que sea beneficiosas al desarrollo personal.

De igual forma al relacionarlo con las actividades académicas, los hallazgos nos expresan lo siguiente; “Todo no puede ser trabajo, también descanso y en los ratos libres Deporte y juego. E06BRDA y “es una actividad opcional para mis tiempos libres y me motiva a seguir adelante con mis estudios. E07BRDA”. Los estudiantes han asumido las clases como una opción dentro de las actividades académicas y del tiempo libre, en un espacio de sano esparcimiento y productivo, el cual se hace necesario por la cotidianidad.

Así el aprovechar el tiempo libre debe ser una constante que cada estudiante puede utilizar cuando el quiera, en este caso fuera de las actividades académicas. De esta forma se considera los hallazgos obtenidos que señalan, como poner en práctica las actividades en la vida cotidiana y profesional; “Siendo una persona íntegra, colaboradora y a aprovechando el tiempo libre. (E03BRDA) y “practicándolo en mí pueblo cuando tengo tiempo y ahora reflexiono en todo lo que hago, no solo en el Deporte también en todo lo que puedo hacer. (E01JDSB)”. Se manifiesto, cómo una actividad que replantea la forma como se ven y cómo deben aprovechar las prácticas físicas para sí mismo como para los demás y como son acciones que reflejan de lo que son para su desarrollo.

De igual forma como las clases que se desarrollaron pueden ser de gran utilidad y ser aprovechadas en el tiempo libre sin ningún inconveniente, donde se puede realizar dejando un significado de cada uno de los actos en la vida cotidiana.

1.13. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA SOCIAL

1.13.1. ANÁLISIS DE LAS HABILIDADES Y DESTREZAS ADQUIRIDAS

A través del proceso y ejecución del diseño inicial del Programa Actividad Física Formativa – AFF en la Universidad Antonio Nariño – UAN sede Popayán; se han logrado reforzar y desarrollar habilidades, destrezas y logros desde lo personal y profesional, que se han adquirido durante la práctica social, mediante la interacción con la comunidad estudiantil, administrativos y profesores de la institución, las cuales, permitieron progresar en la labor como persona y como profesional en el campo de la Educación Física, en continuo aprendizaje.

1.13.1.1. HABILIDADES Y DESTREZAS ADQUIRIDAS

Al analizar las diferentes habilidades y destrezas que se obtuvieron durante el proceso de práctica social en el Programa AFF en la UAN sede Popayán, se encontraron algunas que dieron la posibilidad de mejorar la experiencia laboral y profesional que se requiere para este contexto, entre ellas están:

La capacidad de comunicarse fue la primera habilidad y destreza que se reforzó, a través de los diferentes momentos de diálogo que se desarrollaron durante la práctica en la institución; en sus inicios, al presentar la propuesta pedagógica a la parte administrativa de la UAN sede Popayán: en su plan de acción propuesto, los objetivos, logros, las unidades a trabajar, el socializar las actividades a realizar, concertando los materiales didácticos y los escenarios, organización de actividades de integración, informe de notas y falta y demás aspectos relacionados en la parte administrativa; lo anterior permitió entablar y mejorar las relaciones interpersonales necesarias para la

convivencia y la conformación de los grupos interdisciplinarios, hacia el los procesos formativos académicos para la comunidad estudiantil.

Es así como mediante la comunicación amena y abierta con la comunidad estudiantil, al realizar el acercamiento en el diagnóstico institucional, se indagó cual era las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, que se encontraron en la institución, expresadas por los mismos estudiantes para la realización de la propuesta pedagógica que se llevo a cabo.

De esta manera al socializar el Programa AFF para los estudiantes, fue uno el acercamiento más importantes en la práctica social, ya que aquí me pude dar a conocer como profesor de AFF, al crear un ambiente de amistad y de confianza, que buscaban la integración y la convivencia entre compañeros dentro de la UAN sede Popayán, estableciendo un nivel de comunicación que género una apertura necesaria para alcanzar los objetivos establecidos, no solo para la constitución del programa también como un orientador en los procesos de formación académica.

Cada día dentro de mi profesión, dentro de un contexto de educación superior, se hace necesaria consolidar mi experiencia profesional y personal, logrando mejorar esta cualidad, que adquiere mayor importancia al trabajar en grupo para afrontar la solución de conflictos.

La expresión gestual y verbal, fue un elemento a tener en cuenta dentro de la capacidad de comunicación del profesor de AFF; ya que al poder expresarse con fluidez, seguridad y con la claridad, es necesario para darse a entender en lo que uno quiere señalar, generando claridad en el análisis de sus pensamientos y coherencia de lo que se pretendía que los estudiantes aprendieran, que a su vez puedan expresarlas de la misma manera, para

evitar ante todo confusiones o malas interpretaciones, que interrumpan o generen conflicto en el desempeño como profesor.

El manejo de grupo, fue una habilidad que se fortaleció al trabajar una orientación metodológica acorde a lo dispuesto en el Programa AFF de la UAN, es así, como la exploración y la toma de conciencia de las acciones que se realizaron, posibilitaron el manejo de actividades en conformidad de lo que quería presentar y con las expectativas que pretendía cambiar, al convertir el aprendizaje en algo mutuo, de descubrimiento, de exploración y solucionador de los problemas, que intervino, en la realización de las diferentes actividades, hacia la aceptación estudiantil.

De esta forma, al experimentar el manejo de grupo con esta población, dio la posibilidad de conocer y comprender cuál era el alcance para estos retos, ya que es la oportunidad de valorar y establecer sobre que fundamentos estoy preparado, para asumir este tipo de situaciones que de alguna forma, me permitieron elaborar mi propio estilo de trabajo.

Fue satisfactorio experimentar esta situación, dando nuevas herramientas de ejecución, saliendo adelante en inconvenientes que se presentaron, asumiendo con responsabilidad esta circunstancia, que se convierte en una experiencia fundamental para mejorar y potencializar en mi proceso profesional a futuro, que se verá reflejada en mi proyecto de vida.

El experimentar la planeación y la organización tanto de actividades curriculares, académicas culturales como en el diseño de la propuesta y la planificación de clases y actividades de integración intersemestres; se genero la posibilidad de reforzarlo, al percatarme como este tipo de actividades fueron necesarias y fundamentales en su adquisición para el desarrollo de actividades dentro de la labor como profesor, dando a conocer

cada una de las consideraciones que se deben tener en cuenta para una buena realización, la cual este tipo de eventualidades deben ser asumidas con responsabilidad.

Considero que hay otras habilidades y destrezas que se empezaron a desarrollar durante el proceso de práctica social, como son; la gestión, la negociación y la concertación; que a pesar de ser tres elementos independientes para su desarrollo se articularon hacia un mismo objetivo, es el caso del Programa AFF.

En cuanto a la gestión, hace referencia a la capacidad de conseguir algo, a través de una planeación, organización y ejecución de elementos adecuados para resolver o mejorar las herramientas necesarias hacia la correcta utilización en alguna circunstancia.

Es así como al conseguir los diferentes materiales didácticos necesarios para la realización de actividades del programa, y la búsqueda de espacios y escenarios adecuados que estuvieran acordes para las diferentes actividades tanto deportivas como recreativas; permitió dar a entender a la parte administrativa de la institución, la necesidad de adquirir más y variados materiales didácticos, como también el de realizar el mantenimiento de los escenarios de la institución y realizar convenios con escenarios aledaños, para generar una apertura en las actividades y cumplir con todas las exigencias del mismo programa para su adecuada ejecución.

La negociación que fue el siguiente paso a seguir para alcanzar otro de los objetivos, en este caso la implementación del programa AFF; hace referencia de como la institución quiso lograr un beneficio dentro de sus procesos académicos formativos mediante el programa ha implementar, a través del fortalecimiento y la apertura en los espacios académicos y curriculares

necesarios en el desempeño como institución de Educación Superior; la cual ofrecieron las herramientas necesarias para la realización de la propuesta, como son: instalaciones locativas y aledañas, materiales didáctico y la comunidad estudiantil el cual era la beneficiaria; por lo tanto, se dio la posibilidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos de estudiantes de la Universidad del Cauca, para demostrar a otras personas o instituciones, el profesionalismo con el que se cuenta para este tipo de actividades que son fundamentales dentro de la experiencia profesional que se van adquiriendo en el campo laboral de la Educación Superior.

Por último encontramos la concertación, un aspecto que define y plantea con la mayor seguridad posible lo que se desea conseguir; aquí como su parte final, permite determinar hacia cual dirección fue visionando alcanzar los objetivos determinados; el cual se estableció para el desarrollo de algo, en mi caso, el definir sobre que parámetros se establece la Universidad para que los profesores del Programa Actividad Física Formativa, puedan realizar y ejecutar a cabalidad la propuesta.

Es así, que al concertar de forma clara, precisa y con responsabilidad, permitió a la institución y su comunidad estudiantil, aprovechar de los beneficios que se ofrecieron en el transcurso de la ejecución del Programa; además permitió adquirir la experiencia esencial para la profesión, ya que se elaboro el diseño para un contexto en especial, como lo es la Educación Superior. Es por esto, como el desarrollo de la habilidad de concertar no es solo con otras personas, también con sigo mismo, como un reto hasta el punto de definirlo como logro, meta y objetivo propuesto; es por eso que desde mucho tiempo atrás, se generaron los frutos necesarios dentro de su consecución, como fue la formación profesional que me dispuse lograr dentro de mi proyecto personal de vida.

Otro elemento importante desarrollado como una habilidad y destreza, fue la capacidad de respuesta frente a las tareas asignadas, en este caso dentro del contexto de la Educación Superior. Aquí, me di cuenta, como al asumir este rol dentro de la UAN sede Popayán, permitió cambiar y ampliar la visión de la enseñanza, al establecer otros parámetros para la orientación de las clases en otros contextos y con otra población, ya que estaba acostumbrado a niños y adolescentes y al experimentarlo con jóvenes, generan otra perspectiva de las actividades para lograr la aceptación en la comunidad estudiantil; de esta manera, cada vez más estoy cualificándome para crear un ambiente formativo agradable para establecer una clase, ya sea la población asignada y el espacio utilizado; pero además determinar cómo va a ser el comportamiento que debo asumir para dichas tareas.

Del mismo modo, tuve en cuenta el compromiso de las diferentes tareas asignadas dentro de mi desempeño como profesor, en este caso el organizar actividades culturales, de integración y encuentros deportivos, los cuales han sido una experiencia muy importante para mi profesión, que permitió vivenciar los diferentes aspectos que debo considerar para su correcta ejecución.

1.13.1.2. COMPETENCIAS DESARROLLADAS EN LA PRÁCTICA SOCIAL

Es así, como a través de las habilidades y destrezas surgieron las competencias personales que se desarrollaron con mejor fundamento, dado que la experiencia adquirida permitió establecer y retomar consideraciones oportunas y necesarias para la experiencia profesional, como para la vida.

La capacidad de trabajar en contextos de Educación Superior con una actitud de cambio, hacia una competencia que permite experimentar diferentes situaciones institucionales: en su parte administrativa, en la organización y

planeación de actividades académicas referentes al Deporte, recreación, cultural y la salud; en donde se intervino para mejorar y fortalecer los espacios formativos académicos por medio de la implementación del programa AFF. Del mismo modo, al asistir a diferentes reuniones con profesores, coordinadores y el director de la sede Popayán, generaron en la intervención dentro de la Educación Superior un mayor grado de responsabilidad y compromiso en el desempeño y las acciones que se realizaron para la institución; es por eso que la experiencia profesional fue adquiriendo mayor solidez dentro del mismo desempeño como profesor en el área de la Educación Física.

De igual forma, al intervenir en este aspecto de las competencias desarrolladas como fueron; la ejecución de actividades, el experimentar con una nueva población, el observar el comportamiento de los estudiantes y las diferentes manifestaciones culturales que allí se reflejaron; fueron circunstancias que se aprendieron a manejar en los diferentes momentos y son cualidades que hay que utilizar para el beneficio, cuando se van adquiriendo a medida que se vivencien; es así, como la experiencia al asimilarla y al saberla afrontar como un aprendizaje continuo, se va adquiriendo en el transcurso de la vida profesional.

El poder trabajar en grupos interdisciplinarios, (psicología, ética y educadores físicos) genero en el proceso académico y curricular beneficios y fortalecimiento en la formación integral desde el desarrollo del Programa AFF; dándose la posibilidad de interactuar, planificar, organizar, ejecutar, concertar y socializar actividades que favorecieron el proceso de formación académico profesional de los estudiantes de la UAN.

De esta manera, las actividades realizadas como celebraciones culturales, recreativas de integración y encuentros deportivos, permitieron a la

comunidad estudiantil aprovechar estos espacios de bienestar y conveniencia necesarios dentro de su desarrollo personal; de igual forma, se dio la posibilidad de aprender de forma mutua, confrontación de los diferentes puntos de vista, que de alguna forma son fundamentales para consolidar la experiencia tanto individual y colectiva en el desarrollo profesional como educadores físicos .

Al conformar grupos de trabajo interdisciplinarios, se debe tener claro el compromiso y la responsabilidad que se adquiere para el desarrollo de los procesos académicos formativos en la UAN; dentro de las acciones que realizaron, tenemos: la fluidez de ideas para la planeación, organización y ejecución y la designar adecuadamente las labores dentro del grupo, así el objetivo que se pretendió lograr, fue el alcanzar de forma colectiva para desarrollar y fortalecer a nivel institucional los trabajos interdisciplinarios, hacia la realización académica y curricular. De esta manera, el grado de experiencia que se adquiere es fundamental para poderlo llevar a la práctica y generar la competencia que se adquiere y posea un nivel óptimo para el desempeño, no solo en la vida profesional sino también en la vida cotidiana.

La recursividad empleada a través de la creatividad al implementar el Programa AFF en la UAN sede Popayán, participo en la realización de las diferentes actividades; desde el mismo momento que no se podía contar con el material didáctico disponible, en la planeación de las diferentes clases a ejecutar y en la realización de actividades que por motivos climáticos o por falta de coordinación de los escenarios; fue necesaria de valorar la producción recursiva que en diferentes momentos era optimizado y mejorado en la realización de la prácticas. De esta manera el proceso desarrollado en cada una de las eventualidades del quehacer cotidiano en la UAN sede Popayán, constituyó en la solución de los problemas que se presentaron durante todo el transcurso de la práctica social.

El Dominio del carácter, fue un aspecto importante dentro de las competencias adquiridas, que durante todo el proceso de intervención en la UAN sede Popayán, se desarrollo a través de la forma como se asumieron los compromisos y tareas para la realización de la propuesta; es así, como la iniciativa al asumir y poner en ejecución esta labor, se realizó de la mejor forma posible, en cada una de las circunstancias que se me presentaron para su ejecución como son: la gestión de los materiales didácticos, los escenarios a utilizar, los horarios de clase y la coordinación de actividades de integración intersemestres; permitiendo de esta manera, que la iniciativa generara la satisfacción al deber cumplido en la comunidad estudiantil.

Así mismo, la integración y la convivencia dentro de la institución, fue parte fundamental dentro de la aceptación y comprensión social de la comunidad universitaria; aquí se reflejo la interacción entre los estudiantes, el personal de la parte administrativo y los docentes al realizar las diferentes actividades planeadas, al entablar diálogos y al intercambiar sugerencias, estableciendo pautas claras hacia el fortaleciendo de ambientes de convivencia universitaria; de esta forma al integrar y convivir en este nuevo contexto, se genero la posibilidad de conocer nuevas personas y entablar nuevas relaciones en un nuevo ambiente educativo, fundamentales para el mejoramiento del comportamiento a nivel social, tanto de la comunidad estudiantil, como también de profesores y administrativos.

De esta manera, las nuevas relaciones con personas de diferentes contextos culturales, dio la posibilidad de conocer sus costumbres, actividades y conductas en otros sitios, que pueden servir para el comportamiento y el desarrollo de actividades acordes a las necesidades.

Al crear un clima de participación en el desarrollo de las actividades del Programa AFF, como un espacio de formación académica; se dio la oportunidad a los estudiantes de expresar espontáneamente en sus gustos y necesidades con relación a las prácticas físicas, las cuales estuviesen dentro de las posibilidades, habilidades y capacidades que les gustaría realizar; es así, como al ser un agente de cambio dentro de los procesos de aprendizaje, se establece un continuo desarrollo que se siguen fortaleciendo en un ambiente adecuado y propicio para la satisfacer los objetivos que se fijaron para este compromiso que se han adquirido.

1.13.2. NIVEL DE LOGROS ALCANZADOS FRENTE A LAS EXPECTATIVAS

El nivel de logro alcanzado, fue un aspecto importante dentro de los objetivos propuestos para este proceso; aquí me percate de los alcances obtenidos desde que asumí este reto, como los beneficios que se fueron logrando durante todo este transcurso, que podre utilizarlos en el futuro en el desempeño como profesor.

La aceptación de los estudiantes por el Deporte saludable fue algo positivo, al demostrar la participación, su iniciativa, el entusiasmo y el interés por realizar las labores académicas dentro del proceso formativo; es así, como fue un desarrollo oportuno el haber intervenido con prácticas innovadoras dentro del contexto, ya que por parte de la institución se dio la posibilidad de reconocer y apreciar el aprovechamiento tanto del espacio del Deporte con enfoque saludable, necesario en el desarrollo integral dentro de sus procesos académicos institucionales.

Por otro lado no se contaba con los horarios pertinente para la realización de las clases, solo el Bienestar Universitario contaba con un espacio académico

en lo diferentes programas de pregrado. Así, al implementar el Programa AFF, se generó la posibilidad de abrir un espacio que articulado con algunas áreas académicas, incluyendo el área de bienestar universitario, se dio la oportunidad para su asignación como un área independiente dentro del plan curricular en los diferentes programas de pregrado, brindando la posibilidad de dar a conocer su importancia en el espacio académico de la institución.

Al generar una apertura en el desarrollo de las prácticas físicas, con la utilización de los diferentes escenarios existentes y aledaños en la UAN, posibilitó a los estudiantes, en especial las del primer semestre; participar, interactuar, convivir y desarrollaran las actividades físicas en igualdad de condiciones teniendo en cuenta los gustos y necesidades de los estudiantes, lo que dio la posibilidad de fomentar actividades que se salieran de la cotidianidad tradicional, de los Deportes y de los mismos escenarios, en donde se orientaron: el fomento en el mejoramiento de la condición física, actividades al aire libre, juegos, integraciones en escenarios aledaños y la correcta utilización del gimnasio de la Universidad.

Por esta razón, esta asignatura busca satisfacer las necesidades de los estudiantes, fortaleciendo la calidad educativa en su formación académica que tanto se menciona en los principios del Bienestar Universitario.

1.13.2.1. LOGROS PERSONALES ALCANZADOS

Se logró mejorar la forma de comunicación como profesor practicante de la UAN sede Popayán, al percatarme, no solo en la expresión gestual y verbal, también en la forma de manejar los diferentes mensajes el cual deseo transmitir, se ha fortaleció, desde mi forma de vestir, la forma de entablar una conversación, la expresión gestual y la forma de orientar las diferentes actividades realizadas, que se reflejó en el desempeño profesional y sobre

todo en lo personal durante el transcurso de la práctica social. Es así, que al desarrollar esta habilidad, la sigo utilizando de forma adecuada, para que sea la primera impresión la que debo mostrar en cualquier circunstancia que se presente en la vida personal y profesional.

La iniciativa, es un aspecto que refleja en la forma de ser y la disposición con que asumí las diferentes circunstancias; es así, como quería ponerlo a prueba y valorarlo, determinando con qué actitud asumiría este compromiso en las diferentes acciones; pude resaltar la capacidad de desempeño realizado en actividades deportivas, recreativas y alternativas saludables hacia el compromiso dentro del plan de acción a ejecutado; también otras actividades realizadas por el Bienestar Universitario, como fueron: las dos actividades de integración intersemestres, celebración del día del veterinario y el día del profesor; determinando la disponibilidad en el desempeño de actividades académicas que pude ofrecer a nivel profesional y personal.

Las relaciones personales establecidas, son otro logro que me propuse fortalecer, al percibir las diferentes manifestaciones culturales que aquí se expresan; así, el poder conocer que actividades que realizan habitualmente dentro de su ambiente, su conducta y las necesidades posibles de prácticas físicas; fue la posibilidad de comprender con mejores argumentos las actividades a desarrollar como una herramienta esencial en el desempeño profesional dentro de una institución de Educación Superior.

Otro logro que se obtuvo, fue el asumir con sentido de pertenencia la carrera profesional que decidí seguir como proyecto de vida, utilizando las herramientas teórico prácticas adquiridas durante el proceso formativo para el desarrollo de actividades educativas deportivas para su correcta orientación; así, al afrontar con fundamentos los retos y compromisos a nivel personal, fueron ajustados a la realidad para ponerlos en práctica y ser

aplicables al conocimiento, incorporando nuevos saberes que sirvan para el desempeño de la labor cotidiana como profesional.

1.13.2.2 LOGROS PROFESIONALES

Uno de los más importantes logros que se manifestó, fue la experiencia profesional que se adquirió a través del proceso de Práctica Social dentro de la formación personal e integral de la UAN; ya que al haber experimentado con anterioridad las prácticas escolares I y II en primaria y bachillerato; en esta fase de la Educación Superior, permitió reconocer este nuevo contexto, como una etapa esencial en la vivencia personal y primordial para la experiencia de la formación profesional; al establecer los parámetros necesarios para orientar una determinada población, teniendo en cuenta las herramientas pedagógicas fundamentadas al ubicar y asumir este reto, ya que no estoy frente a niños ni adolescentes, es una población madura, por así decirlo y cuya formación académica está direccionado al proyecto de vida el cual decidieron asumir.

De esta manera el compromiso, la responsabilidad y el conocimiento que asumí, es el reflejo de lo que quiero realizar y lo que quiero obtener como un aprendizaje necesario en la experiencia profesional y en el proyecto de vida que se desea consolidar hacia el futuro.

El logro que alcance y que generó satisfacción en la labor realizada en la UAN, fue el reconocimiento al trabajo desarrollado por parte del personal administrativo y el director de la UAN; en donde demostraron aceptación en la realización del programa AFF, como un soporte formativo dentro de los procesos académicos hacia el desarrollo integral de la comunidad estudiantil.

De esta manera manifestaron la necesidad de continuar con el programa; la primera sugerencia para terminar con las horas de trabajo de campo que nos faltaban y no interrumpir el proceso; y la segunda sugerencia el ofrecimiento de trabajo remunerado para continuar en la UAN como coordinador de Deportes; resaltando de esta manera, la calidad humana y profesional el cual reflejamos al desempeñarnos como profesores de la institución y rescatando el trabajo que desarrollamos durante un periodo aproximado de 14 meses.

A través del conocimiento adquirido durante el proceso de formación profesional en la Universidad del Cauca, se logró ser un representante con fundamentos teóricos – prácticos que se fue demostrando la calidad profesional y humana, la cual estamos recibiendo para el beneficio de la Educación Colombiana; por esta razón el reconocimiento y la representación que ofrecemos, no es solo para el estudiante, sino también para la Universidad del Cauca y el departamento de Educación Física, quien a través de su proceso formativo van orientando personas idóneos, profesionales y seres humanos capaces de afrontar las diferentes circunstancias hacia el mejoramiento y el fortalecimiento de la educación.

Por esta razón, permitió dar a conocer la competencia laboral ofrecida a través de las prácticas físicas mediante el conocimiento, la práctica y la iniciativa para asumir la orientación de este tipo de actividades, que se convirtieron en un logro esencial para demostrarles y demostrarme, la competencia que poseo y la experiencia puesta en práctica, para la realización en el desarrollo de las actividades académicas presupuestadas, que fueron realizadas a toda cabalidad.

Así, el reto de ampliar, mejorar y aplicar el concepto del Deporte desde un enfoque saludable y a partir de la Actividad Física Formativa, se desarrolló satisfactoriamente comprendiendo y asumiendo como necesaria para su

vida; igualmente como profesor de esta institución, logre generar una aceptación y una satisfacción que pude alcanzar y lograr lo propuesto desde la realidad de las cosas y que estén al alcance de las posibilidades.

1.13.2.3. CARGO OCUPADO EN LA UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO.

Comenzaremos por ratificar que el cargo asignado y ocupado en la Universidad Antonio Nariño –UAN sede Popayán, fue el de profesor practicante del Programa Actividad Física Formativa – AFF, durante el proceso de trabajo de campo que duro aproximadamente siete meses, en un promedio de 144 horas presenciales; el cual, fue reconocido durante este periodo por el personal administrativo, profesores y la comunidad estudiantil durante todo este transcurso.

Hay que aclarar, que como profesor practicante no solo me limite a orientar clases; también realizaba actividades alternas en la organización, planeación y ejecución de actividades del departamento de Bienestar Universitario, así la función desarrollada para algunas ocasiones dependía de la celebración que acontecía y las actividades alternas que se presentaban.

A través del compromiso adquirido y de la iniciativa la implementación del programa AFF, se ratifico la asignación del cargo que ocupe como profesor practicante durante el trabajo de campo, el cual desempeñe desde el bienestar universitario en la UAN; aquí realice adecuadamente las ocupaciones que son considerabas para el desarrollo pertinente de las diferentes actividades académicas del proceso educativo de los estudiantes de pregrado; en las que podemos enunciar:

La planeación, organización y ejecución de las clases que se desarrollaron semanalmente para los dos semestres que correspondieron a mi cargo:

Medicina veterinaria y odontología grupo b y su correspondiente ejecución que se realizaba en los horarios asignados para cada semestre.

Los informes, notas y faltas que se debían entregar con una periodicidad mensual a cada uno de los profesores de las aéreas, los cuales estaban articulados con el programa AFF, en donde correspondía el 20% de la nota definitiva de su área central que era Bienestar Universitario, la asistencia a reuniones de carácter académico para la entrega de informes correspondientes de las actividades realizadas mensualmente y la asignación de compromisos de común acuerdo para la coordinación, adecuada de labores académicas para los siguientes meses.

La organización de dos actividades de integración intersemestres que se realizaron al final del semestre del primer periodo 2008 y en el inicio de semestre del segundo periodo del mismo año, en donde se asignaron labores de tipo logística para su adecuado funcionamiento; gestión del escenario y material didáctico, organización de las actividades, socialización, puesta en ejecución y reflexión de lo realizado; así, se logro llevar a cabo las actividades presupuestadas, para lograr el objetivo que se trazo y generar otra posibilidad de integración y formación académica dentro de los procesos formativos integrales de la UAN sede Popayán.

La gestión del material didáctico fue una importante acción durante el transcurso de la práctica social, en la cual era necesario conseguirlos, ya que la UAN sede Popayán, no contaba con el número adecuado de implementos, ni su variedad de elementos para ser utilizados de forma correcta y oportuna en las diferentes actividades a ejecutar en las clases correspondientes; es así, como se procuro tener el material adecuado para el desarrollo de la variedad de actividades, y lo que no se podía conseguir se sometía a la recursividad con los elementos que se encontraban a disposición.

Es aquí, en donde se genera el reconocimiento por parte del personal administrativo, los profesores y la comunidad estudiantil durante todo este proceso de trabajo de campo de la práctica social en la UAN sede Popayán; teniendo en cuenta, que al haber terminado esta parte del proceso y al seguir asistiendo a la institución, se mantenía el reconocimiento por parte de la comunidad universitaria; generando satisfacción y gratificación por mi parte al ser tenido en cuenta como profesor practicante para la institución.

Así mismo, mi cargo como profesor no se limitaba a las ocupaciones pertinentes de la orientación académica del Deporte con enfoque saludable; tenía la disponibilidad para servir en actividades alternas en la organización, planeación y ejecución del departamento de Bienestar Universitario; tales como; celebraciones del día del profesor, el día del veterinario, bienvenida de primíparas y actividades de integración estudiantil y de profesores, demostrando la disposición para asistir y realizar diferentes eventos que tuviesen relación directa con la comunidad universitaria, las cuales me permitieron generar una apertura al desarrollo de actividades que realizaba, con la oportunidad de darme a conocer desde diferentes facetas laborales que se complementan a mi ocupación primordial como es la de profesor practicante del Programa Actividad Física Formativa.

En conclusión, como profesor practicante, se dio la oportunidad de ofrecer labores como docente en actividades académicas complementarias, que se articularon al desempeño surgiendo beneficios en la experiencia profesional; así no se debe obviar ni desaprovechar la oportunidad para darse a conocer no solo como profesional en la capacidad de asumir cualquier actividad, también en la calidad humana para interactuar con las personas que conforman la comunidad en la Universidad Antonio Nariño.

1.13.3. DESCRIPCIÓN ANALÍTICA DE LAS ACCIONES Y ACTIVIDADES EN LAS CUALES PARTICIPÓ Y REALIZÓ, EN EL MARCO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

Al considerar las acciones y actividades dentro del proceso de implementación del Programa Actividad Física Formativa – AFF en la UAN; se tuvo en cuenta los espacios utilizados para la ejecución de la propuesta, como fueron: la asesoría y el trabajo personal, en donde fueron manejados en conformidad hacia los resultados que se obtuvieron para ir desarrollando cada uno de los apartes del programa implementado; como también las acciones representativas que durante el transcurso, se constituyeron en las actividades primordiales para el desempeño de la propuesta académica.

Es así, como las acciones y actividades fueron el reflejo de todo el proceso realizado durante las labores académicas y formativas, tanto en la Universidad del Cauca como en la UAN, hacia la consolidación del proyecto de grado, el cual decidimos elaborar para optar al título de licenciados de Educación Básica con énfasis en Educación Física Recreación y Deporte.

1.13.3.1. LA ASESORIA

La asesoría, es el espacio académico, con el que contaron los profesores practicantes para la realización de los aspectos que conciernen al Programa AFF en la UAN sede Popayán; en el que se encuentra: el diseño, la puesta en ejecución y el análisis de resultados para la elaboración correspondiente del diseño definitivo del Programa implementado y de su informe final. Aquí mediante el acompañamiento del director de proyecto, sirvió de orientador para ir elaborando para a paso cada una de las partes que son consideradas en su correcta constitución; es así, como también se tienen en cuenta las tres etapas para la adquisición de la implementación como son: el diseño, la

ejecución y la evaluación, para determinar las acciones y actividades realizadas, a través del proceso de la propuesta que se ejecuto durante todo este tiempo. De esta manera se describen de la siguiente forma:

1.13.3.2. EL DISEÑO

El diseño es la primera etapa que se considera en las acciones y actividades para iniciar la adaptación de la idea a desarrollar. Aquí se realiza la revisión de los diferentes conceptos que se utilizaron dentro de la propuesta, como fueron: implementación, Actividad Física Formativa, Deporte saludable, recreación currículo, normas y leyes educativas a nivel nacional y demás aspectos que son considerados dentro del esquema estructural implementado del Programa AFF; permitió dar claridad a los diferentes apartes para su elaboración correspondiente y comprender con la mayor seguridad posible la propuesta pedagógica que queríamos desarrollar.

El diagnostico institucional es la acción determinante para plantear la propuesta inicial en la UAN sede Popayán; sobre qué elementos positivos o negativos cuento para realizar el diseño del Programa a implementarlo y como se debía llevar a cabo, considerando el contexto institucional el cual intervine; es así, como la revisión documental, las observaciones de prácticas cotidianas, necesidades de los estudiantes, Infraestructura locativa, material didáctico, recursos humanos y económicos, fueron algunos aspectos que se examinaron para la elaboración de la propuesta, acorde a los requerimientos observados y lo que queríamos ofrecer para la formación académica para la comunidad estudiantil; de esta forma se contó con algunos de los argumentos en la formación académica y curricular necesarios para obtener la aceptación y el reconocimiento de la implementación del Programa AFF.

La elaboración de la propuesta, fue la producción del diseño del Programa AFF, como un espacio de formación académica para los estudiantes de esta institución; la cual se realizó a toda cabalidad desde el punto de vista formativo académico institucional, las consideraciones necesarias en los contenidos estructurales para la intervención curricular en la UAN sede Popayán; en ellos se retomó: la construcción de orientaciones conceptuales, filosóficas, pedagógicas, disciplinares, normativas, metodológicas de la propuesta, investigaciones, indagaciones institucionales, elaboración de Planes curso a desarrollar y demás aspectos concernientes para obtener un producto final que reflejara como el soporte necesario y oportuno para ser acogida dentro de los procesos curriculares de la UAN sede Popayán.

La gestión para la puesta en marcha del programa implementado, se realizó en dos momentos; en la primera se presentó la propuesta a las instancias institucionales, la coordinación del Bienestar Universitario y a la dirección de la UAN, para considerar sobre que parámetros normativos de la institución se realizó la propuesta y sobre las bases que se plantearon en el convenio interinstitucional; y en segundo lugar se visitaron escenarios de la UAN, para conocer la disponibilidad de escenarios alternos cercanos para su utilización, se hizo el diagnóstico del material didáctico y la presentación de la propuesta y la adecuación escenarios existentes; realizándose así, la gestión con argumentos reales.

La construcción de los instrumentos para recolección de la información, permitió rediseñar el programa AFF, para ser ajustada a las necesidades de la formación académica institucional; de esta manera se optó por la utilización de tres instrumentos, que dieran la posibilidad de corroborar los resultados a través de su propia articulación, entre ellos se tienen:

La entrevista focalizada, que ofreció aportes al programa, mediante sugerencias y beneficios que ellos mismos habían obtenido desde su propia vivencia; así logramos obtener de primera mano los puntos de vista, pensamientos y sentimientos que los estudiantes nos ofrecieron y que fueron consolidados en los documentos de entrevista. (Ver en el anexo 1)

El diario de campo que fue nuestro punto de vista al realizar las correspondientes observaciones participantes; permitió corroborar durante todo el proceso dicha información de las entrevistas, ya que lo que expresaban ellos y yo lo podía reconocer con las anotaciones en las diferentes actividades. (Ver en el anexo 2)

El diario personal un instrumento que proporcionó el documentar los diferentes momentos del proceso de trabajo de grado. Así, como durante este transcurso se lograron encontrar los diferentes hallazgos, que nos llevaron al diseño del Programa AFF necesarios para los obtención de los resultados oportunos y necesarios para el desarrollo del informe final para el proyecto de grado. (Ver en el anexo 3)

1.13.3.3. LA EJECUCIÓN

La puesta en ejecución del diseño del programa AFF, fue el reflejo, de la labor académica que se desarrollo y se presupuesto hacer con anterioridad; el cual, mediante los resultados obtenidos generaron el afianzamiento para la fase final de la implementación, al dar a conocer y verificar las posibilidades más adecuadas y más oportunas, para consolidar el diseño definitivo del Programa AFF que será entregado en el informe final para la UAN.

La primera acción realizada en la puesta en ejecución, fue la socialización de la propuesta del Programa AFF con la coordinación del Bienestar Universitario, que es el lugar donde se ubico para su realización.

Fue así, como se explicaron las diferentes actividades a ser realizadas desde el Deporte saludable dentro de la propuesta; aquí se encuentran: la apertura de los cursos que se desarrollaron durante el trabajo de campo, los horarios que serian utilizados y la frecuencia semanal; de esta manera se consolidó sobre que parámetros debíamos actuar en esta etapa de la ejecución, también se nos aclaro que no podíamos disponer de los horarios de los estudiantes, solamente los que se nos asignaban desde el Bienestar Universitario; el manejo de las notas, faltas e informes periódicos que se entregarían al correspondiente profesor encargado, ya que el programa se articulaba con las áreas de Bienestar Universitario, en este caso la AFF tenía un 20% de la nota definitiva de cada parcial mensual, como también de sus nota final; es así, como se inicia el primer acercamiento con la UAN para dar a conocer el Programa AFF en la comunidad estudiantil.

La preparación de clases, evaluaciones y la asistencia a reuniones fueron acciones y actividades que se realizaron durante todo el transcurso de la puesta en ejecución del Programa implementado, ya que como elementos que se asumen dentro del compromiso adquirido al ser profesores practicantes de la UAN y como representantes de la Universidad del Cauca, se puso todo el empeño en cuestión, para lograr que las cosas fueron bien hechas se reflejo, así obtuvo grandes resultados que están consignados en los hallazgos presentados como evidencia a la labor efectuada y reconocida por los mismos estudiantes y los administrativos de la UAN sede Popayán.

La práctica pedagógica es la esencia que se dio a conocer el Programa en sus dimensiones físicas, social y psico – afectivas, y de la forma como se

llevo a cabo; de esta manera, se logro ofrecer mediante la propuesta se beneficio a la institución y a la comunidad estudiantil, que fue bien reconocida, considerando así, que las acciones realizadas tuvieron la aceptación no solo a nivel pedagógico, sino también a nivel personal, ya que fue un logro más que nos trazamos y pudimos cumplir sin ningún inconveniente, para satisfacción del beneficio mutuo.

Al haber diseñado los instrumentos, se procuro ante todo ejecutar la recolección de la información disponible dentro de las actividades directas e indirectas, las cuales se considerando todas las posibilidades a presentar en los diferentes momentos de su ejecución; así, mismo al ser un trabajo individual no se limito a la observación de actividades, conversaciones individuales y grupales, al estar con personas claves, se fortaleció en cierta medida la socialización de la información con el asesor y con los mismos estudiantes gracias al intercambio de la información, al profundizarla para no desaprovechar datos que se podían quedar sueltos o no ser utilizados, aclarando las inquietudes presentadas para argumentarlas y poderlas utilizar.

1.13.3.4. LA EVALUACIÓN

En esta tercera etapa de la evaluación, se realizo un aspecto importante para la implementación del Programa AFF, como fue el análisis de la información recolectada para darle una organización lógica a todos los hallazgos encontrados durante el transcurso del trabajo de campo. Este proceso tomo varias semanas en darle la coherencia oportuna, desde su primera agrupación hasta la organización de las categorías interpretadas para el informe final, ya que debimos organizar todos los hallazgos encontrados, de tal manera que ofreciera dos partes fundamentales para los informes a entregar: uno la implementación del programa AFF de la UAN y otro para el

informe final individual. Es así, como se hizo necesario aprovechar todo tipo de información tanto de la entrevista como del diario de campo.

La clasificación por similitud de ideas y la agrupación organizada de las respuestas, permitió darnos cuenta de la magnitud de los hallazgos obtenidos, al verificar cada una de las posibles categorías que podían surgir a través de su interpretación; fue algo complejo porque fueron 40 preguntas en cada entrevista a 18 personas entrevistadas, lo cual implicó analizar las respuestas para organizarlas, logrando agrupar las respuestas anexando un color que las identificara en la posterior categorización.

El siguiente paso, la categorización de la información; fue un momento que nos dejó mucha enseñanza después de pasar por la agrupación de similitud de respuestas, de ideas por colores, por nombre, por categoría y por categorías; determinando la magnitud de los hallazgos al darnos cuenta del tipo de información y su importancia para lo cual la necesitaríamos, así cada aspecto encontrado debíamos analizarlo, socializarlo y tomar la decisión correspondiente para ver si lo teníamos en cuenta o no para su confrontación; de tal manera que procuráramos examinarlos uno por uno para llegar a la conclusión. Hubo algunos grupos que se repetían desde varios sentidos donde tuvimos que elegir el más trascendental, el cual fue requerido para la implementación. De tal forma que se conformaron dos grupos que reflejaron coherentemente lo manifestado por los estudiantes.

De igual forma sucedió con los diarios de campo, los cuales se aplicó la misma agrupación y categorización, pero aquí sus nombres o categorías principales ya estaban definidos con anterioridad, de esta manera fue más fácil agruparlos, darles los colores correspondientes y agruparlos en sus ideas, para determinar cómo se anexarían a los correspondientes informes.

De esta manera se organizaron las dos fuentes de información, las cuales concordaron en las diferentes categorías emergentes en sus correspondientes grupos, para poder empezar a darle su interpretación teórica, buscando la conceptualización y así poder generar una interpretación clara, segura y apropiada para el objetivo que se pretendía.

Después de haber conceptualizado las categorías escogidas, se inicio la interpretación crítica, teniendo en cuenta como soporte cada uno de los hallazgos o representaciones de las categorías, como la forma pertinente para la explicación, con argumentos seguros para darle la solidez que necesitaba; así se logro utilizar en cada interpretación critica las dos fuentes de información: las entrevistas y los diarios de campo, confirmando que fue de mucha ayuda para dar cumplimiento al objetivo primordial del diseño definitivo de la implementación del Programa.

Mediante todo el proceso de trabajo de campo y los diferentes aspectos concernientes a su posterior realización, el informe final se convirtió en la parte con la que se culmina todo lo desarrollado para el proyecto de grado; donde se evidenciaron los resultados pertinentes para ratificar y asegurar los logros obtenidos que se habían propuesto con anterioridad; es así, como esta fase se constituyo en el proceso que dio a conocer el impacto conseguido, el conocimiento en el campo del saber, los beneficios que se obtuvieron y que se pudo obtener en la educación superior y en el campo de la Educación Física, mostrando la experiencia con la que se fundamento la institución intervenida y la de las personas que llevaron a cabo el proyecto.

Para nuestro caso, el informe final refleja la experiencia realizada en la Universidad Antonio Nariño sede Popayán, el cual se consigna de manera descriptiva y analítica cada uno de los pormenores y objetivos alcanzados durante todo el proceso, además se evidencien las diferentes acciones que

realizamos y resultados que se presentaron durante todo el proceso del trabajo de campo, demostrando así, sobre que fundamentos teóricos – prácticos en los cual se baso la experiencia para poderlas llevar a cabo.

Por último, y retomando lo expresado con anterioridad, la asesoría sirvió para dar mayor claridad del reto que queríamos afrontar, percatándonos de las ventajas y desventajas, a las cuales estábamos sometidos si queríamos conseguir el objetivo, así podemos determinar sobre qué argumentos se está sometido para afrontar un reto y el compromiso adquirido y poder asumir la dirección que se obtuvo durante el transcurso de este proceso, determinando al final de este arduo camino, la utilidad conseguida al ser asesorado con personalidad, responsabilidad y compromiso hacia lograr la satisfacción de la labor cumplida de la meta que me propuse conseguir durante todo este tiempo. De esta manera la asesoría se convierte más que una orientación de saberes, en una ratificación, y en el fortalecimiento de todos los conocimientos adquiridos durante la formación profesional aterrizándolas de forma concreta y precisa hacia el desarrollo personal, profesional y cultural que se culminan al alcanzar el proceso de la Educación Superior.

1.13.3.5. EL TRABAJO PERSONAL

A través del trabajo personal, se pudo determinar diferentes acciones, actividades y aspectos primordiales para la consecución, elaboración y entrega de resultados de un proyecto de grado, que solo mediante la disposición, iniciativa, compromiso y la responsabilidad se pueden alcanzar los objetivos propuestos, teniendo en cuenta la disponibilidad del tiempo que se pueda dedicar para conseguirlo. De igual forma, el trabajo personal se convierte en el sustento del proyecto de grado que solo durante el proceso académico se pudo ir desarrollando para alcanzar la importancia necesaria, para ser valorado y considerado como satisfactorio, al verse reflejados los

resultados expuestos en el informe final. Así podemos afirmar que solo mediante una buena realización de trabajo personal, organizado, concreto y coherente se pueden conseguir grandes logros.

Durante el trabajo personal también se hizo la indagación conceptual, que se reflejó continuamente al darle claridad a cada interpretación de los diferentes términos y hallazgos que fueron necesarios para la elaboración del programa; es así, como se da respuesta a cada interpretación hecha mediante el análisis conceptual como parte esencial dentro de lo realizado en el trabajo personal, logrando ampliar nuestra conceptualización en cada una de las partes de la realización del Programa. De esta manera, el diseño de la propuesta fue con aspecto primordial, donde el continuo trabajo en cada uno de los elementos para lograr articular cada parte.

El trabajo de campo es el reflejo más evidente de la labor realizada personalmente, ya que durante todo este transcurso es única y exclusivamente individual al ponerlo en ejecución, además todo el proceso desde la planeación de actividades, organización y ejecución son producto del trabajo individual, sin olvidar las diferentes actividades alternas que se realizaron de forma conjunta como: la construcción de instrumentos, al haber indagado, conceptualizado e interpretado y como se podía utilizar los instrumentos; así podemos demostrar si en realidad se había realizado el trabajo personal tanto individual y en conjunto, al socializarlo frente a nuestro asesor planteando las posibles correcciones para su correcta utilización.

Lo que significa el trabajo de campo, fue el ampliar el conocimiento con respecto a los Deportes, la actividad física, la recreación y la salud que son parte fundamental para el desarrollo de las Actividades Física Formativa, al conocer más acerca la organización curricular y académico en la Educación Superior y al auto valorarme acerca de las capacidades que he desarrollado

para llevar a cabo logro. De esta manera puedo determinar como el trabajo personal enriqueció el desarrollo tanto profesional en la experiencia, como también las capacidades y habilidades en la personalidad y poder llevarlo a cualquiera de las circunstancias de la vida.

1.13.4. APORTES DEL PRACTICANTE AL DESARROLLO DE LA UNIVERSIDAD ANTONIO NARIÑO.

Comenzaremos por recordar, como la Universidad Antonio Nariño – UAN, dio la posibilidad a los estudiantes de la licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte de la Universidad del Cauca, para la realización de la prácticas social en el departamento de Bienestar Universitario, más exactamente en la coordinación de Deportes; la cual pretendía realizar la orientación correspondiente de las prácticas deportivas tradicionales; sin embargo al escuchar la propuesta del Programa Actividad Física Formativa - AFF como idea innovadora para esta institución; genero la expectativa necesaria por saber cómo se desarrollaría la propuesta, qué tipo de actividades se realizarían y cómo se afectaría la formación académica que en ese momento se desarrollaba.

Al ejecutar la propuesta pedagógica y obtener los resultados correspondientes, en lo oportuno, su impacto y en los beneficios obtenidos para comunidad estudiantil al llevar a cabo el programa, se determinaron los aportes significativos en la formación académica y curricular dentro del espacio en la cual se intervino; al fortalecer la formación integral y el desarrollo humano de la comunidad estudiantil, que dentro de sus propósitos se estipulo pero se evidencio hasta el momento de la intervención del Programa, se genero también que solo otra mirada hacia las prácticas físicas realizadas y la necesidad de continuar con el proceso a recomendación de los profesores practicantes del programa AFF para la institución.

En este orden de ideas, se enuncian, los aportes que se manifestaron en la realización de la implementación del Programa Actividad Física Formativa.

1.13.4.1. LA VALORACIÓN ACADÉMICA DEL BIENESTAR UNIVERSITARIO CON RESPECTO AL DEPORTE

Se intervino, de forma positiva en el Bienestar Universitario, logrando utilizar los espacios académicos designados, posibilitando dar otra mirada a las prácticas realizadas; así los estudiantes vivenciaron las diferentes alternativas realizables desde su propia iniciativa y posibilidades; gracias a su participación oportunamente a la reflexión de las actividades y de la toma de conciencia de los beneficios obtenidos al desarrollar las prácticas físicas,

De esta manera, el Bienestar Universitario al percatarse de las opiniones, sugerencias y expresiones planteadas por la comunidad estudiantil, se percato del nivel de aceptación que tuvo el Programa, viendo la necesidad de continuar con el proceso, el cual se nos planteo desde la coordinación del Bienestar Universitario y de la dirección de la institución y seguir con la labor del programa por unos meses más, mientras se culminaba con la totalidad de las horas del trabajo de campo que estaban estipuladas en el convenio y con la consecuente propuesta laboral que se podía concretar a futuro.

Fue así, como el Programa Actividad Física Formativa revaloró la labor de formación académica que se realizó desde la Coordinación de Deportes en el Bienestar Universitario, posibilitando la apertura de diferentes actividades en el ámbito cultural, deportivas, recreativas, de la salud, la integración interinstitucional y demás momentos que permitieron enfocarse en la formación integral de esta comunidad estudiantil.

1.13.4.2. FORTALECIMIENTO CURRICULAR MEDIANTE LA INCLUSIÓN DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DENTRO DE LA FORMACIÓN ACADÉMICA.

A través, de la articulación de las prácticas físicas como el Deporte saludable y la recreación dentro de la formación académica, se genera un aporte significativo al currículo institucional, al redimensionar los alcances que se obtiene mediante la correcta utilización de los programas, proyectos que intervienen en el desarrollo, la formación integral y el desarrollo humano de la institución. Es así, como al articular el Programa Actividad Física Formativa con las diferentes áreas académicas, se hace necesario utilizarlo dentro del plan curricular, no solo como una opción para el aprovechamiento del ocio y el tiempo libre, dentro de la universidad Antonio Nariño, como un espacio pertinente y necesario para crear un ambiente de cultura hacia Deportes Saludables y Recreativos generadores de hábitos y estilos de vida, que se reflejen en el desenvolvimiento personal como futuro profesional.

De esta manera, la formación integral y su desarrollo personal, se integran como un fortalecimiento continuo y enriquecedor de forma permanente, a la coherencia de las políticas y normas establecidas en su proyecto educativo institucional de la UAN, que solo hasta cierto punto ha sido evidente; es así, como se confirma que los objetivos y principios de la institución y del Bienestar Universitario empiezan a ratificarse para el cumplimiento de los beneficios para la comunidad estudiantil.

1.13.4.3. REDIMENSIONA EL PAPEL DEL BIENESTAR UNIVERSITARIO Y SUS FUNCIONARIOS.

El papel del Bienestar Universitario y sus funcionarios se redimensiona, al darle otra mirada al nuevo desarrollo de las prácticas físicas que se

desarrollaron en la UAN; así los objetivos conseguidos de forma pertinente, se direccionaron, según a los principios y políticas que en estas se enuncia; como también el funcionamiento adecuado de los programas, proyectos y demás actividades que están a su cargo; de esta manera serán reconocidas con el mismo grado de importancia, ya que se tendrán argumentos oportunos para su realización y orientadas hacia un mismo objetivo; la formación integral y el desarrollo humano.

Es por eso, que el Bienestar Universitario adquiere un grado de importancia, dentro de la organización académica, al generar dentro de su espacio formativo académico nuevas posibilidades de participación, integración, convivencia, diversión y el desarrollo de formas constructivas para el aprovechamiento del tiempo libre, al generar hábitos y estilos de vida saludables, como también, el orientar, reorientar y darle sentido a la construcción de proyectos de vida, posibilitando en los estudiantes una reflexión positiva respecto al desenvolvimiento de su identidad.

Es así, como la nueva dimensión que emerge del Bienestar Universitario, garantiza y es complemento al soporte de las demás áreas académicas que estructuran, el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad estudiantil y de la formación integral del futuro profesional que aquí se educa.

1.13.4.4. CAMBIOS EN LA ORGANIZACIÓN DE ESPACIOS ACADÉMICOS.

Al realizar un diagnóstico institucional y determinar los aspectos más relevantes que se consideran para una correcta intervención; el programa Actividad Física Formativa, generó novedosamente un cambio en la organización del espacio académico formativo, que pasó de prácticas físicas como una forma opcional, de libre escogencia y sin dirección de horarios; a

una actividad física más adecuada desde sus propios gustos y necesidades hacia su realización, en horarios determinados y articulados con las áreas académicas en el contenido educativo que deben cursar en el semestre.

Es así, como se replantea y se evidencia una organización adecuada dentro de una institución de Educación Superior, donde sus primeros beneficiarios son los estudiantes, al tener un espacio adecuado y pertinente para la realización de las prácticas físicas y que estén acorde y fundamentadas a una perspectiva académica de la formación integral; dado que la Actividad Física Formativa al ser un complemento oportuno del desarrollo académico formativo, es un proceso de formación del conocimiento que facilita un crecimiento armónico de las potencialidades, capacidades y aptitudes, hacia el desarrollo personal y profesional en la comunidad estudiantil.

De esta manera, la institución permitió integrar el programa dentro de la organización académica como soporte y complemento de la formación integral de la comunidad estudiantil; además se percató de mejorar la dotación del material didáctico; ya que al desarrollar las diferentes actividades no habían los implementos adecuados y en la cantidad pertinente para la realización de las prácticas; es así que se gestiona la adecuación del material didáctico; sin olvidar como los escenarios utilizados dieron un cambio rotundo, al haberles realizado el mantenimiento correspondiente.

CAPITULO 2.

CONCLUSIONES

2.1. EN LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

Frente a la realización del diagnóstico participativo y mediante la recopilación de la información de las experiencias obtenidas se concluye que; en algunas de ellas están relacionadas con el malestar que expresaban los estudiantes por el enfoque deportivista con carácter competitivo y representativo que las institución prestaba como un interés en la formación académica, limitando las actividades a ciertos parámetros de diversión libertad gustos y necesidades que los estudiantes pueden manifestar.

Es así como el programa AFF en sus inicios, manifestó desinterés por parte de los estudiantes porque creyeron que se trataría de ejercicios exigentes parecidos a un entrenamiento físico, compuesto por jornadas extenuantes que significaría una carga más dentro de su labor académica desde una mirada de Deporte formativo, con actividades poco agradables.

Pero al vivenciar el Programa Actividad Física Formativa, al ser realizado con motivación y disposición, fomentadas por acciones lúdicas, de recreación y de Deporte saludable; incentivo al estudiante a participar en diferentes prácticas físicas en variedad de escenarios, dentro y fuera de la institución; mejorando las relaciones sociales y culturales generadas en un nuevo círculo social universitario, sin importar si el desarrollo del Deporte es tradicional o no; es así como la consideración del programa es una necesidad de formación académica y desarrollo integral en la Universidad Antonio Nariño.

La actitud que asume el profesor practicante durante el desarrollo de la práctica educativa, puede ser vista de dos formas: la primera corresponde a una actitud de motivación y de compromiso, y la segunda a una actitud de desmotivación; dado que la una como la otra son captadas por los estudiantes y se ven influenciadas para el posterior desarrollo de las clases; es evidente que la actitud que adopta el profesor practicante en el proceso formativo, incide en la actitud que adopta el estudiante en el transcurso de su práctica; es decir que la actitud depende de cómo se muestre el profesor en las clases, para conseguir o mantener a los estudiantes interesados a aprender o por el contrario apáticos, aburridos y desmotivados

De igual forma a través de la realización del diseño de la propuesta se logró establecer un espacio académico dentro de los horarios de clase, en donde participación e integración estudiantil, se convirtió en una acción oportuna para lograr instituir el Programa AFF dentro del currículo académico; así se posibilita la participación sin problemas de disponibilidad, organizando un plan de acción en torno a los Deportes tradicionales y alternos de integración grupal, teniendo en cuenta las necesidades, pretensiones, habilidades y capacidades físicas de los estudiantes; la utilización de los diferentes escenarios físicos existentes y aledaños que la UAN posee.

Sin embargo, en el sentido que las acciones deportivas tradicionales, se practican por motivación propia, ya sean lúdicas, recreativas, variables y acorde a las necesidades de la comunidad estudiantil, fortalecen la esfera social y estrechan los lazos de amistad; al tiempo que es un complemento que fomenta la integración en los estudiantes, siempre y cuando que la competencia y los resultados no sean el fin y no hagan parte de esta práctica, sino desde la perspectiva de la formación personal y profesional.

Mediante la realización de la ejecución se deduce que la integración es un proceso formativo académico, mediados en gran parte por la configuración de las actividades: en la voluntad, la disposición y por la capacidad del estudiante para relacionarse con los otros, como también por las actitudes y disposiciones que ofrecen los profesores practicantes al momento de la clase; es aquí como se propicia la confianza, el buen trato y aprecio por parte de los estudiantes y la edificación de las relaciones de amistad del grupo.

Se consideró los espacios físicos, locativos naturales y aledaños de la institución; oportunos para ampliar las diferentes actividades desarrolladas, generando variedad de estrategias deportivas, que incentivaron al estudiante a crear sus propios hábitos saludables, como también en prácticas de libre expresión en sus deseos por experimentar una serie de ejercicios diferentes a los que normalmente estaban destinados a realizar en la Universidad.

Al analizar la información recolectada en su fase final como lo es la evaluación, se pudo valorar lo oportuno de la propuesta del Programa AFF, logrando importantes beneficios: en la formación académica, en las relaciones interpersonales, la salud, en la puesta en práctica de lo aprendido y en la importancia del programa en el reconocimiento para la vida cotidiana; es así como la propuesta pedagógica se convirtió en una herramienta necesaria para la formación integral en la comunidad estudiantil.

Además al rediseñar y ajustar el programa a los procesos académicos y formativos de la UAN sede Popayán, en situaciones reales; se argumentó la necesidad de implementar curricularmente en la institución como una alternativa más amplia de los procesos de formación integral y desarrollo humano de su población estudiantil.

2.2. EN EL PROGRAMA

A través la práctica social se determinaron los diferentes aportes que obtuvieron los estudiantes mediante las clases de Actividad Física Formativa, en el cual se mencionaran mediante las conclusiones de acuerdo a la situación a intervenir y el alcance de los propósitos.

El nombre del Programa Actividad Física Formativa se dio a conocer a la institución como una idea innovadora, al darle otra mirada al Deporte formativo, con tendencias hacia prácticas deportivas, recreativas, amenas, divertidas, novedosas y saludables, que determino el impacto conceptual en la comunidad estudiantil y su cambió de actitud, aprovechando las opciones que se utilizaron dentro y fuera de los escenarios de la institución, reflejadas como necesarias para el beneficio del tiempo libre, como también en el soporte y el fortalecimiento de los procesos académicos y curriculares en la formación integrar que en ella se promulga.

El adaptar la idea innovadora para la Universidad Antonio Nariño sede Popayán, se generaron espacios de formación académica que van desde el ámbito deportivo saludable, de autodescubrimiento, de capacidades y habilidades, promoción y generación de hábitos y estilos de vida saludable, hasta el desarrollo social en las esfera de la integración, participación, reflexión significativa de la construcción de proyectos de vida, dentro de los propósitos de una educación significativa.

A través del diagnostico institucional, se logro establecer la apertura en el desarrollo de las prácticas físicas y en su diversidad de alternativas dentro del ambiente estudiantil, de acuerdo a las manifestaciones y disposiciones estudiantiles e institucionales que se evidenciaron mediante los gustos necesidades deportivas y recreativas

En el desarrollo de la propuesta metodología, la utilización del concepto de implementación, fue la acción más apropiada para dimensionar la propuesta pedagógica a crear, como un programa que se articula interdisciplinaria, para el desarrollo de actividades académicas formativas que son utilizadas para el beneficio de los procesos existentes.

Mediante la ubicación del programa Actividad Física Formativa en la dependencia del Bienestar Universitario, se contribuyó en la promoción de hábitos y estilos de vida saludable, por medio de las diferentes actividades del deportivas saludable, recreativas, culturales hacia el desarrollo personal y de la calidad de vida, que se vivenciaron y fueron sugeridos por los mismos estudiantes, convirtiéndose en una posibilidad para mantener la continuidad del programa para beneficio de la comunidad estudiantil.

Al fortalecer la participación de la comunidad estudiantil en las diferentes actividades deportivas y recreativas, se generó en espacio lúdico, de entretenimiento y de sano esparcimiento dentro del ambiente académico, con una apertura de dos horas semanales en los programas de pregrado Odontología, medicina Veterinaria, biomédica y arquitectura.

El programa Actividad Física Formativa, dentro del desarrollo de sus cursos tuvo en cuenta las actividades tradicionales como el fútbol, el voleibol y la natación por ser practicadas por los estudiantes en sus ratos libres, también actividades recreativas necesarias para la integración y la convivencia de los estudiantes de la UAN sede Popayán.

El haber generado un espacio de integración y de convivencia dentro en comunidad estudiantil; les permitió establecer y mejorar las relaciones interpersonales dentro de la variedad de representaciones culturales al

interior de la institución, que posibilitan la apertura del conocimiento en las diferentes manifestaciones tanto en la teoría como en la práctica.

Se valora la Actividad Física Formativa, como una herramienta práctica, útil y necesaria en el desarrollo personal, como un espacio para potencializar sus habilidades y destrezas físicas, fortalecer los lazos afectivos sociales y de género, mediante el respeto y la convivencia, que puede ser realizado en diferentes espacios de la vida cotidiana.

Se generaron expectativas atrayentes, hacia la realización de prácticas físicas, reflejadas en la actitud y la disposición hacia la participación de forma individual y en conjunto, que fueron relacionadas con otros aspectos de la vida académica y la cotidiana hacia el propio beneficio personal.

La participación estudiantil, generó una apertura y un aporte de sugerencias y comentarios para el mejoramiento de la reconstrucción, consolidación y ejecución del Programa Actividad Física Formativa, donde se posibilitaron la concertación de ideas y decisiones que podrán ser asumidas en un futuro.

CAPITULO 3

RECOMENDACIONES

Adecuar un espacio académico y curricular, para la institucionalización del Programa Actividad Física Formativa en la Universidad Antonio Nariño; como un área que se distinga de las otras; pero que se articule con el plan de estudios de forma sólida, hacia el fortalecimiento y la consecución de logros en los procesos académicos y curriculares, para la formación integral y el desarrollo humano en la comunidad estudiantil.

Adecuar y mejorar el material didáctico, con implementos oportunos; acordes a las posibilidades de realización y hacia las diferentes actividades realizables; como una herramienta facilitadora del proceso académico del Programa; como también una mejor ubicación de las oficinas de Bienestar Universitario; ya que se dificulta el desplazamiento por lo alejado del sitio, para ir y solicitar el préstamo de los implementos.

Fortalecer y generar una apertura, en la disponibilidad de escenarios en la UAN y zonas aledañas; para componer una variedad de opciones en el desarrollo de prácticas físicas, con la posibilidad de innovar, mejorando el conocimiento en las diferentes disciplinas, el cual pueden convertirse en interacción oportuna del aprendizaje dentro del proceso académico.

Propiciar la continuidad del programa, para los estudiantes de primer semestre, como para otros superiores; al que permita seguir con las actividades físicas, ya sea de forma alternativa o con la ampliación de nuevas y novedosas prácticas físicas, dentro de las opciones participativas desde sus gustos, necesidades y su propia iniciativa.

Desarrollar y mantener actividades de integración, donde se involucren a toda la comunidad estudiantil; como es el desarrollo de festivales, concursos celebraciones, campeonatos intersemestres mixtos y demás actividades que generen interacción y establecer nuevas relaciones sociales a nivel multicultural, que se manifiesten en torno a la formación ciudadana y humana.

Desarrollar y organizar los cursos del Programa AFF, de tal forma que los estudiantes se inscriban en actividades que les llame la atención y que no sean obligados a cursar algo que no le interesen; teniendo en cuenta las la disponibilidad de horarios y con las que pueden acceder a su realización.

CAPITULO 4

REFERENCIAS

- Bandera, F, P. (2003). *LUDICA POR EL DESARROLLO HUMANO Programa general de acciones recreativas para adolescentes, jóvenes y adultos*. Extraído el 6 de Abril, 2009 de: <http://www.redcreacion.org/documentos/simposio3vg/PFulleda.html>
- Barba J. Pedraza M. *La iniciación deportiva y su aplicación a nivel escolar*. (E.U. Magisterio de Segovi), Extraído el 2 de Marzo, 2008 de: <http://www.opensportlife.es/hablemos-de-fitness/2005>.
- Bravo, C. (2007, Junio 14). *Formación integral*. Extraído el 14 de Junio, 2007 de: <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev30/bravo.htm>
- Camacho H. C. (2003). *Pedagogía y Didáctica de la Educación Física*. Armenia: Editorial Kinesis.
- Casímiro A. 2003 (*Universidad de Almería*). Extraído el 2 de Marzo, 2008 de <http://lasalud1.tripod.com/Deporte.htm>
- Centro Interuniversitario de Desarrollo Cinda (2007). *Educación Superior en Iberoamérica Informe 2007*. Santiago de Chile. Primera edición: junio de 2007
- Colombia, Asamblea Nacional Constituyente (1991). *Constitución política de Colombia*. Santa Fe de Bogotá DC.
- Colombia, Ministerio de Educación Nacional (1992). *Ley 30 de Diciembre 28 De: 1992 o Ley De Educación Superior*. Santa Fe de Bogotá DC.
- Colombia, Ministerio de Educación Nacional (1994). *Ley 115 de febrero de 1994 o Ley General De Educación*. Santa Fe de Bogotá DC.
- Colombia, Ministerio de Educación Nacional (2007). *Sistema Nacional de*

Información de Educación Superior (SNIES) Santa Fe de Bogotá DC.
Extraído el 5 septiembre, 2007 de
<http://www.mineducacion.gov.co/snies/>

Colombia, Ministerio de Educación Nacional, Ministerio de Hacienda y Crédito Público (1995). *Ley 181 de Enero de 1995 o Sistema Nacional Del Deporte*. Santa Fe de Bogotá DC.

Colombia, Universidad Antonio Nariño (2005). *Proyecto Educativo Institucional*. Santa Fe de Bogotá DC. Consejo Directivo.

Colombia, Universidad Antonio Nariño (2005). *Lineamientos Curriculares*. Santa Fe de Bogotá DC. Consejo Directivo.

Colombia, Universidad Antonio Nariño (2005). *Proyecto Educativo Institucional*. Santa Fe de Bogotá DC. Consejo Directivo

Colombia, Universidad Antonio Nariño (2005). *Acuerdo 03 del 25 de Enero de 2005, Reglamento Bienestar Universitario*. Santa Fe de Bogotá DC.

Colombia, Universidad Del Cauca (2004). *Acuerdo Número 015 de 2004 (17 de Noviembre)*. Popayán. Consejo Académico.

Colombia, Universidad Del Cauca (2005). *Acuerdo Número 001 de 2005 (26 de Enero)*. Popayán. Consejo Académico.

Colombia, Universidad Del Cauca (2006). *Acuerdo Número 006 de 2006 (22 de Noviembre)*. Popayán. Consejo Académico.

Colombia, Universidad Del Cauca. *Plan de Área práctica escolar I Y II*. Popayán. Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes.

Conferencia Mundial sobre la Educación Superior. *La educación superior en el siglo XXI: Visión y acción* 9 de octubre de 1998. Extraído el 1 Septiembre, 2007 de www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration_spa.htm - 78k

Contreras, O. (2009). *Didáctica de la Educación Física, Un enfoque*

constructivista. Extraído el 27 de Marzo, 2009 de http://books.google.es/books?id=pFpdfg130IC&pg=PA275&lpg=PA275&dq=estilos+de+ense%C3%B1anza+en+la+educacion+fisica&source=bl&ots=C4DqUD-IEZ&sig=mliAq2o-GvvoumSqrGNm7zvIV3M&hl=es&ei=AD_ZSbvNG4OltgeR0MjhDw&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=2#PPP1,M1

Coppens, F y Van de Velde, H. (2005). *Sistematización, texto de consulta*. PROGRAMA DE ESPECIALIZACIONES GESTIÓN DEL DESARROLLO COMUNITARIO. CURN/CICAP – ESTELÍ, NICARRAGUA

Cuenca M (2008). *Educación para el ocio y el tiempo libre*. Extraído el 30 de Diciembre, 2008 de http://www.down21.org/act_social/ocio/concepto_ocio.htm

Delords, J. (1996). *La Educación Encierra un Tesoro*. Madrid España. Editorial Grupo Santillana Ediciones.

Devis, J. (2001). *La Educación Física, el Deporte y la Salud en el siglo XXI*. Alicante España. Editorial Marfil SA. 1ª edición.

Diccionario de la Real Academia Española Extraído el 24 de Noviembre, 2007 de <http://buscon.rae.es/gesconi/SrvltGUIEntrarGesconi?tipo=implementar>

Eduteka fundación Gabriel pihedraita Uribe (2008). *¿Por qué pensamiento crítico?*. Extraído el 26 de Diciembre, 2008 de <http://www.eduteka.org/PensamientoCritico1.php>

Ezcurra. M (2001) *El ejercicio físico*. Extraído el 01 de Agosto 2007 de <http://www.moniografias.com/trabajos/ejerfisico/ejerfisico.shtml>

Fernández, j (2008). Consultor. Extruido el 24 de diciembre, 2008 de <http://www.learningreview.com/sociedad-del-conocimiento/articulos-y-entrevistas/del-conocimiento-a-la-innovacion-642.html>

Flórez M (2009). *Bienestar Universitario. Características del bienestar*, extraído el 3 de Mayo, 2009 de <http://www.ascun.org.co/bienestar/index.html>

- Fondo Nacional para el Fomento del Deporte (2003) Chile Deportes, Gobierno de Chile Extraído el 23 de Noviembre, 2007 de http://www.proyectosdeportivos.cl/ind/ind_fp/html/Recreativo.htm
- Formación del Sentido Moderno de la Cultura (2007, Mayo 09). *Cultura*. Extraído el 9 de Mayo, 2007 de http://es.wikipedia.org/wiki/cultura#formaci.c3.B3n_del_sentido_moder no_de_cultura
- Franco A. (1973) "Deporte y sociedad", extraído el 27 Octubre, 2007 de <http://es.wikipedia.org/wiki/DeporteA>
- García F (2008). *El principio de solidaridad*. Extraído el 25 de Diciembre, 2008 de: <http://www.monografias.com/trabajos11/solidd/solidd.shtml>
- Gómez R. (2000). *Education Policy Analysis Archives*. Extraído el 8 de Marzo de, 2008 de <http://epaa.asu.edu/epaa/v8n7.html>
- González, V (2000) *¿Qué significa ser un profesional competente?*. Extraído el 24 de Diciembre, 2008 de <http://www.rieoei.org/deloslectores/Maura.PDF>
- González M (1997). *La responsabilidad de la universidad en el fomento de los valores que son comunes a la educación, la ciencia y la práctica de la democracia. Educación para el ocio y el tiempo libre*. Extraído el 30 de Diciembre, 2008 de: <http://www.oei.es/salactsi/mgonzalez.htm>
- Gutiérrez S. (2007) "La educación superior en Colombia, ¿está cumpliendo objetivos?". Extraído el 5 Septiembre, 2007 de <http://derecho.serviciocolectivo.com/la-educacion-superior-en-colombia-%C2%BFesta-cumpliendo-objetivos/>
- Gutiérrez Rivas J, Ortega Ruíz J (2008). *Las calificaciones, ¿Control, Castigo o Premio?*. Extraído el 22 de Diciembre, 2008 de: <http://www.rieoei.org/deloslectores/540Rivas.PDF>
- Hell, V. (1975) *Concepto de cultura*. México. Fondo de Cultura Económica.

Extraído el 21 de Febrero, 2008 de
<http://www.diversica.com/adau/nota.php?idn=9v>. Asociación-del-
Deporte-amateur-universitario

Kristiansen S (2008). *Definición de autoestima*. Extraído el 24 de Diciembre,
2008 de: <http://www.psicopedagogia.com/definicion/autoestima>.

La actividad física dentro del concepto 'salud'. Extraído el 5 de Enero de
2009 de [http://tenisvspadel.wordpress.com/2008/02/17/la-actividad-
fisica-dentro-del-concepto-salud/](http://tenisvspadel.wordpress.com/2008/02/17/la-actividad-fisica-dentro-del-concepto-salud/)

Ley Foral 15/2001, de 5 de julio, del Deporte de Navarra. *Título III
Actividades Deportivas. Capítulo I. de la Actividad Deportiva para
todos*. Extraído el 6 de Abril, 2009 de:
http://noticias.juridicas.com/base_datos/CCAA/na-l15-2001.t3.html

La salud, estado saludable, Deporte y bienestar físico. Redacción
Informativos. Extraído el 21 de Febrero de 2008. de
<http://salud.medicinatv.com/reportajes/muestra.asp?id=28>
MedicinaTV.com

Lonergan, B, (1975) *Método en Teología. Barcelona. La realidad del Deporte
en la Universidad*. Extraído el 21 de Febrero, 2008 de
<http://www.diversica.com/adau/nota.php?idn=9v>. Asociación-del-
Deporte-amateur-universitario

Martin J y Pedraza M (2008). *La iniciación deportiva y su aplicación a nivel
escolar*. Extraído el 25 de Febrero, 2008 de
<http://feadef.iespana.es/valladolid/078.%20jose%20juan%20barba.pdf>.

Martínez M (2008) *Transdisciplinarietà y Lógica Dialéctica*. Extraído el 24
de Diciembre, 2008 de:
<http://prof.usb.ve/miguelm/transdiscylogicadialectica.html>

Medina E (2007). *Persona activa*. Extraído el 25 de diciembre de 2008 de:
[http://enriquemedina.wordpress.com/2007/04/21/%C2%BFeres-activo-
o-pasivo/](http://enriquemedina.wordpress.com/2007/04/21/%C2%BFeres-activo-o-pasivo/)

México, Universidad de Veracruz. *Comunidad Universitaria*. Extraído el 9 de
Mayo, 2007 de
<http://www.uv.mx/universidad/infgral/comunidad/default.htm>

Mijares E (2002). *Productividad intelectual*. Extraído el 24 de Diciembre de 2008 de:
http://www.sappiens.com/castellano/articulos.nsf/Educadores/Productividad_intelectual/C1BDF2D6509E285041256B720065655D!opendocument

Misas A. (2004). *La educación superior en Colombia análisis y estrategias para su desarrollo*. Universidad Nacional de Colombia. Extraído el 5 Septiembre, 2007 de
http://books.google.com.co/books?id=whvKuC2UAocC&dq=+como+esta+la+educacion+superior+en+colombia&pg=PA14&ots=FOGMgvy09N&sig=A2HigK_gEj0sF7yaiAwYfDmuJjg&prev=http://www.google.com.co/search%3Fhl%3Des%26q%3D%2Bcomo%2Besta%2Bla%2Beducacion%2Bsuperior%2Ben%2Bcolombia%26meta%3D&sa=X&oi=print&ct=result&cd=1#PPA41,M1

Mundo Deporte UNESCO. (2008). *El Deporte*. El 17 de Octubre, 2007 de
<http://www.yourbubbles.com/depráctica/Deporte - Deporte definición>

Navarro, V (2002). *Obligatoriedad hacia el Deporte*. Extraído el 22 de Diciembre, 2008
http://books.google.com.co/books?id=NIs9USFWBI4C&pg=PA17&lpg=PA17&dq=libro+el+afan+de+jugar&source=bl&ots=fMGZd8sh0g&sig=s5L4VgJMkx42ntTt-zN-JyiUaik&hl=es&sa=X&oi=book_result&resnum=1&ct=result

Organización Mundial de la Salud. (2007, Junio 2). *Calidad de Vida*. Extraído el 2 de Junio, 2007 de
<http://WikipediaFoundation.org/wiki/calidaddevida>

Ortiz, J. (2001). *Programa Actividad Física Formativa Para Los Estudiantes de Pregrado De La Universidad Del Cauca* (documento en perfeccionamiento). Popayán: Universidad Del Cauca

Ortiz. T. (2009). *Relato*. Extraído de <http://www.entrenate.cl/historia.php>
Paz, H. (2008). *Comunicación y el trabajo en equipo*. Extraído el 25 de Diciembre, 2008 de:
[trahttp://www.degerencia.com/articulo/la_comunicacion_y_el_trabajo_](http://www.degerencia.com/articulo/la_comunicacion_y_el_trabajo_)

- Parra, R. (2003). *Actividad Física*. Extraído el 2 de Junio, 2007 de: <http://www.monografias.com/trabajos11/acfis/acfis.shtml>
- Pérez, S y Devis, J. (2003). *La promoción de la actividad física relacionada con la Salud. La perspectiva de proceso y de resultado*. Extraído el 3 de Enero, 2009 de <http://cDeporte.rediris.es/revista/revista10/artpromocion.htm>
- Pino, S. (2005). *Lo pedagógico, un camino teórico-práctico que tiene como eje central la persona*. Septiembre de 2005. Proyecto Intelectual, Popayán. Biblioteca Serrano Universidad del Cauca.
- Pórtela, H. (2001). *Pensar el área de Educación Física desde las innovaciones educativas. Hacia una alternativa pedagógica transformista*. Extraído el 3 de Enero, 2009 de <http://www.efDeportes.com/efd33/innova1.htm>.
- Red Colombiana de Actividad Física. (2007). *Actividad Física*. Extraído el 2 de Junio, 2007 de: <http://www.redcolaf.org>
- Revista Latinoamericana de Desarrollo Humano [PNUD]. (2007). *Desarrollo Humano*. Extraído el 2 de Junio, 2007 de: <http://www.revistadesarrollohumano.org/>
- Rojo, J. (2009). *Un análisis de la actividad física para la salud*. Extraído el 1 de Enero 2009 de <http://www.encuentrosMultidisciplinares.org/Revistan%C2%BA14/Jes%C3%BAAs%20Javier%20Rojo%20Gonz%C3%A1lez.pdf>
- Rudella, A. (2008). *Educación, salud y Deporte: la educación física en nuestras vidas*. Extraído el 21 de Febrero, 2008 de: [vidasrudellaaya@coopenet.com.ar.http://triviratumltda.blogspot.com/2006/06/la-educacin-fsica-en-nuestras-vidas.html](http://triviratumltda.blogspot.com/2006/06/la-educacin-fsica-en-nuestras-vidas.html).
- Sánchez, J. (2006). *Definición y Clasificación de Actividad Física y Salud*. Extraído el 3 de enero, 2003 de <http://www.actividadfisica.net/actividad-fisica-definicion-clasificacion-actividad-fisica.html>
- Sanhueza, G. (2007). *¿Qué es el Constructivismo ?* Extraído el 15 Octubre,

2007 de
<http://www.monografias.com/cgi-bin/search.cgi?query=CONSTRUCTIVISMO&intersearch/>

Tan, N. (2008). *Fitness. Deportes fitness - ¡qué divertido es estar saludable*. Article Source: Extraído el 1 de Marzo, 2008 de <http://www.articleset.com>

Velázquez, C. (2008). *Educación Física para la paz*. Extraído el 1 de Enero, 2009 de: <http://www.terra.es/personal4/lapeonza/proyecto.htm>

Universidad de los Andes. (2008). *Promedio Ponderado del Periodo Académico*. Extraído el 24 de Diciembre, 2008 de: http://actasyacuerdos.uniandes.edu.co/indice/P/promedio_ponderado_del_per.php

Valles, M. (1999). *Técnicas Cualitativas de Investigación social, Reflexión Metodológica y práctica profesional, segunda parte, Técnicas Cualitativas de la Investigación Social*. Octubre 1999. Madrid España. Editorial Síntesis SA.

Vilaplana, M. (2001). *El ejercicio físico*. Extraído el 1 de Agosto, 2007 de http://www.farmaceuticonline.com/cast/familia/familia_exrcici_c.html.

Vilas, F. (2002). *5º Encuentro Internacional de Tiempo Libre y Recreación*. Extraído el 29 de Octubre, 2007 de <http://www.redcreacion.org/relareti/documentos/fvilas.html>

Viciano, J. (2009). Principales tendencias innovadoras en la Educación Física actual. El avance del conocimiento curricular en Educación Física. Extraído el 5 de Enero, 2009 de <http://www.efDeportes.com/efd19/innova.htm>

Zagalaz, M. (2001). *Corrientes y tendencias de la educación física, las corrientes actuales, el concepto de cuerpo en educación física*. Extraído el 21 de Febrero, 2008 de Books.google.com/books?isbn=8495114240.

CAPITULO 5

LISTA DE ANEXOS

ANEXO No 1

GUIA DE ENTREVISTA FOCALIZADA

GUIA DE ENTREVISTA
CÓDIGO ENTREVISTA: _____

PRIMER MOMENTO

Fecha: _____ Curso: _____ Lugar: _____
Nombre: _____

Actividad desarrollada: _____

DESCRIPCIÓN DE LAS IDEAS PREVIAS:

A) EFECTOS PERSONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Que es para ti, y cuál es el significado de Actividad Física?
2. Realizas Actividad Física, por qué?
- 3.Cuál es la relación de la Actividad Física con tu vida cotidiana, el colegio y la universidad?
4. Cómo influye este tipo de actividades en tu salud, estilo de vida y en tus estudios?

B) POSICIONAMIENTO INSTITUCIONAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

5. Que característica tiene el Deporte que ofrece la UAN en este momento, por qué?
6. El sector administrativo de la UAN, apoya el Deporte y la recreación, en la Actividad Física, cómo?
7. Que piensas, acerca de realizar Actividad Física dentro de la Educación Superior?

C) PROYECCION DE LA AFF

8. Como crees que deben ser las clases de actividad física para la UAN?
9. Qué crees que podría pasar con el Deporte y la recreación en la UAN?

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS, METODOLOGIAS Y PROCEDIMIENTOS:

A) EFECTOS PERSONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

10. Qué opinas de la actividades y ejercicios dirigidos y/o creados por el profesor?, por los estudiantes?
11. Como te pareció la metodología aplicada en la clase?

B) POSICIONAMIENTO INSTITUCIONAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

12. Tiene alguna relación las actividades físicas desarrolladas con tu desempeño académico?

C) PROYECCION DE LA AFF

13. De la manera como se vienen desarrollando las clases de actividad física son pertinentes para implementarla en la UAN?

SEGUNDO MOMENTO

Fecha: _____ Curso: _____ Lugar: _____

Nombre: _____

Actividad desarrollada: _____

APORTE DE IDEAS NUEVAS A PARTIR DE LO CONOCIDO: (aprender a conocer)

A) BENEFICIOS PERSONALES DENTRO DE LA CLASE DE AFF

14. Que has aprendido a través de las clases de actividad física?

15. Que has descubierto en las clases de actividad física que te pueden servir en tu vida cotidiana y como estudiante?

B) POSICIONAMIENTO INSTITUCIONAL

16. Qué ideas tienes para mejorar, complementar y fortalecer la Actividad Física, de tal manera que sea acogida y practicada por los estudiantes de la UAN?

C) PROYECCIÓN DE LA AFF

17. Por qué crees que es conveniente realizar este tipo de actividades recreativas y deportivas?

18. Como crees que la actividad física te pueda servir en otros contextos relacionados a tu profesión?

COMO ASUMEN LAS SITUACIONES E INTERROGANTES PLANTEADOS:(aprender a hacer)

A) BENEFICIOS PERSONALES DENTRO DE LA CLASE DE AFF

19. De qué manera este tipo de actividades recreativas y deportivas contribuyen a mejorar tu parte profesional?

20. Cómo la AFF fortalece tu proyecto personal de vida?

21. Que te incentiva a participar en la clase Actividad Física Formativa?

B) POSICIONAMIENTO INSTITUCIONAL

22. Cómo se articula la AFF en tus actividades académicas en la UAN?

C) PROYECCIÓN DE LA AFF

23. Como pones en práctica lo aprendido en clase de actividad física en tu vida cotidiana y proyecto de vida?

INTENCIONALIDAD DE LO INDIVIDUAL A LO COLECTIVO:(convivir con los demás)

A) BENEFICIOS PERSONALES DENTRO DE LA CLASE DE AFF

24. Como contribuye la AFF en el auto-conocimiento, y en de los demás?

25. De qué manera influye la recreación y el Deporte en las relaciones interpersonales?, explica.

B) POSICIONAMIENTO INSTITUCIONAL

26. Cómo estimula la AFF la solidaridad y el trabajo en equipo en las clases y en la UAN?

C) PROYECCIÓN DE LA AFF

27. Como se beneficiarían los diversos ambientes entre estudiantes y en las clases de actividad física para su buen desempeño académico?

TRABAJO EN EQUIPO:(aprender a ser)

A) BENEFICIOS PERSONALES DENTRO DE LA CLASE DE AFF

28. La AFF promueve el autodescubrimiento respecto a tu talento y potencialidades? por qué?

29. Que piensas y sientes cuando realizas Actividad Física?

30. Cómo te manifiestas o te expresas en las clases de Actividad Física Formativa?

B) POSICIONAMIENTO INSTITUCIONAL

31. Como aprovechas o te apropias del espacio actividad física formativa que te brindan en la UAN para enriquecer tu formación personal y profesional?

C) PROYECCIÓN DE LA AFF

32. A cambiado tu punto de vista acerca de la Actividad Física, recreativa y deportiva, por qué?

33. Que tan oportunas son las clases para tu formación personal y futuro profesional?

TERCER MOMENTO

Fecha: _____ Curso: _____ Lugar: _____

Nombre: _____

Actividad desarrollada: _____

MANIFIESTACIONES, REFLEXIONES Y COMENTARIOS SOBRE LAS CLASES DE AFF (Desenvolvimiento)

A) BENEFICIOS OBTENIDOS DE LAS CLASES DE AFF

34. Que puedes decir acerca de lo que te ha dejado el realizar Actividad Física Formativa?

35. De qué manera este tipo de actividades recreativa y deportiva contribuyen a mejorar tu formación profesional y personal?

36. Que estas aprendiendo en las clases de AFF?

B) ESPECTATIVAS SOBRE LA CLASE DE AFF

37. Cuál es tu opinión sobre la forma como se desarrollan las actividades de las clases de AFF?

38. Que era lo que esperabas de las clases de actividad física, y ahora que piensas de estas?

39. Según tu criterio, Cómo crees que deberían ser orientadas las clases de Actividad Física?

C) PROYECCIÓN DE LA AFF EN LA UAN POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES

40. Si se implementa la Actividad Física Formativa en el plan de estudios, que significaría?

41. Será conveniente y necesario realizar Actividad Física Formativa en otro semestre adicional?

ANEXO No 2

GUIA DE DIARIO DE CAMPO No _____ CÓDIGO DIARIO: _____

Fecha: _____ Curso: _____ Hora: _____
Nombre: _____
Escenario Utilizado: _____

NOTAS DESCRIPTIVAS DE LO REALIZADO
1. DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS:
2. PROCEDIMIENTO DE ACTIVIDADES:
3. ACEPTACION Y APROPIACION DE LAS ACTIVIDADES VIVENCIADAS (recreativas y deportivas)
NOTAS DESCRIPTIVAS DE LA CONCEPTUALIZACION PEDAGOGICA
4. APORTE DE IDEAS NUEVAS A PARTIR DE LO CONOCIDO: (aprender a conocer)
5. COMO ASUMEN LAS SITUACIONES E INTERROGANTES PLANTEADOS: (aprender a hacer)
6. INTENCIONALIDAD DE LO INDIVIDUAL A LO COLECTIVO: (convivir con los demás)
7. TRABAJO EN EQUIPO: (aprender a ser)
NOTAS DESCRIPTIVAS DE LO SUCEDIDO
8. MANIFIESTACIONES EN LAS CLASES DE AFF (Desenvolvimiento)
NOTAS DE ANÁLISIS DE LO SUCEDIDO (REFLEXIONES, IDEAS, INTUICIONES, SUPOSICIONES, CORAZONADAS)
9. REFLEXIONES Individual y colectiva:
10. COMENTARIOS:
11. SUGERENCIAS (INSINUACIONES)
NOTAS INTEPRETATIVAS

ANEXO No 3

DIARIO PERSONAL

LA ASESORÍA:

- a. ¿Qué se hizo? Fecha
- b. ¿Que no se alcanzó a hacer?
- c. Que significó para mi?: Para que me sirvió

Ubicar teóricamente:

Aclarar los términos y conceptos para estar más seguro de lo que se está tratando y de lo que se está hablando.

Animar y motivar en el proceso:

Construir con ánimo cada parte del proyecto, lograr comprender que es un beneficio propio y que merece una dedicación prolongada de tiempo para lograr un excelente trabajo, además requiere de un compromiso que me involucra tanto en tiempo como ante la Universidad del Cauca, la UAN y compañeros del programa.

Construir instrumentos:

Aprender a clasificar y manejar información de acuerdo a los intereses del proyecto, con el fin de que los resultados tengan claridad y me ubiquen si el camino es el correcto y si la información recolectada es necesario y en que aspectos hace falta recoger más.

Establecer rutas:

Buscar caminos más adecuados para articular los temas al proyecto que lo fundamenten, desde varios puntos de vista. Comprender que todo tiene un sentido y un orden, así es más claro el resultado que pretendemos alcanzar.

LA ASESORÍA SIRVIÓ PARA:

Dar claridad a la propuesta inicial del trabajo de grado:
Presentación y solución de inquietudes e interrogantes:
Contextualización de temas, documentos y términos:
Orientación, planeación y organización de documentos:
Presentación, socialización de trabajos y consultas:

EL TRABAJO PERSONAL

- a. ¿Qué se hizo? Fecha
- b. Que no se alcanzó a hacer:
- c. Para que me sirvió: Que significó para mi?:

Ampliar el conocimiento en los campos del saber como el Deporte, la recreación, la salud y las leyes y normas constitucionales.

Indagación conceptual. Análisis documental
Diseño de propuesta
Trabajo de campo: Planeación de actividades:
Construir instrumentos: Socialización:

LA PUESTA EN EJECUCIÓN

a. ¿Qué se hizo? Fecha
b. Que no se alcanzó a hacer:
Que significó para mí?: Para que me sirvió

Presentación y organización de actividades:
Preparación de clases y evaluaciones:
Asistencia a reuniones:
La práctica pedagógica.
Retroalimentar los conocimientos adquiridos de la Universidad del Cauca,
con los estudiantes de la UAN

LA RECOLECCION DE LA INFORMACION

a. ¿Qué se hizo? Fecha
b. Que no se alcanzó a hacer:
Que significó para mí?: **Para que me sirvió**

Observar y participar de actividades. Socializar y reflexionar las actividades
Recopilar información.
Establecer diálogos con los estudiantes.
Plantear e indagar interrogantes. Socializar la información de lo observado.

ORGANIZAR LA INFORMACION

a. ¿Qué se hizo? Fecha
b. Que no se alcanzó a hacer:
Que significó para mí?: Para que me sirvió

Clasificar la información por similitudes e ideas.
Agrupar y organizar la información. Categorizar la información
Confrontar la información con la teoría. Interpretar la información de forma
crítica.

INFORME FINAL

a. ¿Qué se hizo? Fecha
b. Que no se alcanzó a hacer:
Que significó para mí?: Para que me sirvió.