

Fortalecimiento de la Educación Emocional mediante el tenis de mesa en los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas de la ciudad de San Juan de Pasto

Cristian Alejandro Delgado Urbano

Programa de Licenciatura en Educación Física, Facultad de Educación, Universidad CESMAG

Nota del autor

El presente Trabajo de Grado tiene como propósito cumplir el requisito exigido para optar al título de pregrado como licenciado en Educación Física en la Universidad CESMAG.

La correspondencia referente a este trabajo debe dirigirse al Programa de Licenciatura en Educación Física de la Universidad CESMAG. Correo electrónico: edufisica@unicesmag.edu.co

Fortalecimiento de la Educación Emocional mediante el tenis de mesa en los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas de la ciudad de San Juan de Pasto

Cristian Alejandro Delgado Urbano

Programa de Licenciatura en Educación Física, Facultad de Educación, Universidad CESMAG

Asesora: Mg. Marly Carrera Guevara

24 de abril de 2024

Nota de aceptación

Firma presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

San Juan de Pasto, abril de 2024

Nota de exclusión de responsabilidad intelectual

El pensamiento que se expresa en esta obra es exclusiva responsabilidad de sus autores y no compromete la ideología de la Universidad CESMAG.

Dedicatoria

Durante el transcurso de esta carrera, le di gracias a Dios y aun lo hago, porque me ha dado la fuerza de enfrentar muchas dificultades y también la salida a cada una de ellas con su compañía, también darle las gracias por darme una madre que, con muchos sacrificios, fue el apoyo en todo momento conjuntamente con mi hermana, también, agradezco a mi esposa, quien me ha brindado un hogar y me ha permitido crecer como persona, además de darme a nuestro precioso hijo Isaac. Todo es por ellos.

Cristian Alejandro Delgado Urbano

Agradecimientos

El autor del presente trabajo brinda sinceros agradecimientos a:

Dios, por darme la virtud de perseverar durante todo el proceso formativo y no desfallecer, frente a los obstáculos que se presentaron en el transcurrir del camino.

A la universidad CESMAG, por brindar las herramientas para construir conocimientos que, a través de los diferentes espacios académicos, me dio las herramientas para poderlos aplicar en beneficio de la sociedad.

A la Magíster Marly Carrera Guevara, por su paciencia y profesionalismo para guiar metodológicamente, este proceso investigativo.

A la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, a sus directivos, al docente titular del área de Educación Física y en especial, a los estudiantes del aula integrada, por brindar espacios para la aplicación y desarrollo del proyecto.

Resumen Analítico del Estudio

R.A.E.

Esta investigación, a partir de la práctica pedagógica identificó una problemática presente en 17 estudiantes del aula integrada de la I.E.M. San José Bethlemitas, Indudablemente, el fundamento principal de esta investigación se encaminó en justificar la necesidad de una educación emocional, enmarcando al sujeto de estudio en el conocimiento de las distintas emociones y el control de las mismas; con el propósito de que se convierta en una formación para la vida, que será la mejor forma de contribución a los adolescentes y sobre todo entender que las personas con educación emocional tienen la habilidad de controlar los impulsos, que alteran el valor de competencias sociales y personales. Es así como los objetivos se centran en caracterizar la competencia emocional, por consiguiente, implementar el tenis de mesa, para el fortalecimiento de competencias personales y sociales, por último, analizar los efectos del tenis de mesa sobre la educación emocional.

Este informe sigue el camino del paradigma cualitativo, enmarcada en el enfoque crítico social, y con el método de investigación acción, por medio de la observación participante. Siguiendo la línea de investigación de motricidad y desarrollo humano. Se consiguió establecer que este proceso favoreció a la investigación en tres componentes, el cognitivo, social y personal; en el primero es evidente que los aportes teóricos en conjunto con la experiencia adquirida en la intervención pedagógica, favoreció en la interiorización del conocimiento que compactó y dio su lugar a los resultados establecidos; de igual manera el segundo aspecto puso en evidencia la capacidad y versatilidad que debe existir en el investigador ya que se adaptó a toda tipo de situaciones buenas y malas, frente a la diversidad de comportamientos existente en los estudiantes. Finalmente, a nivel personal, este proceso deja una gran satisfacción, en el sentido que los estudiantes presentaron una apropiación del concepto de educación emocional, para luego evidenciar una mejora en su accionar emocional frente a los demás.

Palabras claves: Educación Física, educación emocional, tenis de mesa, autoconfianza, autocontrol, empatía, tolerancia.

Contenido

Introducción	13
1. Objeto o tema de investigación.....	14
2. Contextualización	15
2.1 Macrocontexto.....	15
2.2 Micro contexto	16
3. Problema de investigación	18
3.1 Descripción del problema.....	18
3.2 Formulación del problema	20
4. Justificación	21
5. Objetivos	22
5.1 Objetivo general	22
5.2 Objetivos específicos.....	22
6. Línea de investigación	23
7. Metodología	24
7.1 Paradigma.....	24
7.2 Enfoque	24
7.3 Método	24
7.4 Unidad de análisis	25
7.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	25
7.5.1 Instrumentos de recolección de información	26
8. Referente teórico conceptual.....	28
8.1 Categorización.....	28
8.2 Referente documental histórico.....	30
8.3 Referente investigativo.....	31
8.4 Referente legal.....	35
8.5 Referente teórico conceptual de categorías y subcategorías	36
9. Propuesta de intervención pedagógica.....	43
9.1 Título: El Backspin o corte de las emociones negativas para ganar el juego.....	43
9.2 Caracterización de Intervención.....	43
9.3 Pensamiento pedagógico	44

9.4 Referente teórico conceptual de la propuesta de intervención pedagógica.....	45
9.5 Plan de actividades y procedimientos	48
9.5.1 Proceso metodológico.....	48
9.5.3 Plan de actividades.....	50
9.5.4 Evaluación.....	74
9.5.5 Recursos	74
10. Análisis e interpretación de resultados	76
11. Conclusiones	102
12. Recomendaciones	104
Referencias.....	106
Anexos	109

Lista de tablas

Tabla 1 Síntomas y Posibles causas.....	19
Tabla 2 Clasificación del deporte.....	46

Lista de figuras

Figura 1 Categorización.....	28
Figura 2 Plan de actividades1	50
Figura 3 Plan de actividades 2	53
Figura 4 Plan de actividades 3	56
Figura 5 Plan de actividades 4	59
Figura 6 Plan de actividades 5	62
Figura 7 Plan de actividades 6	65
Figura 8 Plan de actividades 7	68
Figura 9 Plan de actividades 8	71
Figura 10 Procedimiento investigativo	77
Figura 11 Síntomas competencias personales	85
Figura 12 Síntomas competencias sociales.....	86
Figura 13 Actividad el Salvavida.....	91
Figura 14 Actividad árbol de problemas y observación participante	94
Figura 15 Actividad el Aguante.....	96
Figura 16 Actividad El Espejo.....	99
Figura 17 Actividad Mapa Parlante	101

Lista de anexos

Anexo A Formato Plan de clase	109
Anexo B Formato Validación de instrumentos de recolección cualitativa.....	110
Anexo C Criterios Árbol de Problemas.....	111
Anexo D Criterios Observación participante.....	113
Anexo E Criterios Mapa Parlante.....	115
Anexo F Consentimiento informado Padres de familia	117
Anexo G Consentimiento informado.....	118

Introducción

La Educación Física, se ha constituido como una disciplina fundamental para la formación integral y desarrollo personal del ser humano, por cuanto posibilita fortalecer destrezas motoras, cognitivas y afectivas, esenciales para el diario vivir de todo sujeto en el proceso de interacción consigo mismo y con el entorno.

A continuación, se describe el alcance del documento respecto a su contenido: el primer capítulo del presente proyecto, se centra en el objeto de estudio; seguidamente, el segundo capítulo se presenta la contextualización y dentro de este el macro y microcontexto, donde se enmarca el problema de investigación y al grupo sujeto de estudio; se encuentra el tercer capítulo, que muestra el problema de la investigación compuesto por síntomas y causas.

Continuando al cuarto capítulo, está la justificación, avanzando en la lectura, se menciona el quinto capítulo, contempla los objetivos enmarcando inicialmente un general y luego tres específicos, en coherencia con el método de investigación.

En el sexto capítulo, se presenta la línea de investigación, en el séptimo capítulo se plasma la metodología, observando el paradigma, enfoque y método; también contiene la unidad de análisis, por último, se encuentran las técnicas de recolección de información.

En el octavo capítulo, se encuentran los referentes teóricos conceptuales del tema, como lo son: referente histórico, investigativo y legal, incluyendo en adelante el diseño categorial del tema de investigación.

Seguidamente, en el capítulo nueve en primer lugar se encuentra la propuesta de intervención pedagógica, el título de la propuesta, la caracterización, del grupo sujeto de estudio, el pensamiento pedagógico, el referente teórico conceptual de la propuesta de intervención pedagógica, el plan de actividades, el proceso metodológico, el proceso didáctico y la evaluación.

Continuando con el capítulo diez en donde se encuentra el análisis e interpretación de resultados, los resultados que arrojó el grupo sujeto de estudio en relación a la utilización de las técnicas e instrumentos. Extendiéndose hacia el capítulo once se encuentra las conclusiones de la investigación en donde se menciona específicamente los resultados del grupo sujeto de estudio.

Antes de finalizar en el capítulo doce se encuentran las recomendaciones hechas a la institución educativa municipal San José Bethlemitas. Por último, se encuentran la bibliografía y anexos.

1. Objeto o tema de investigación

La Educación Emocional

2. Contextualización

2.1 Macrocontexto

Es importante enmarcar y reconocer el ambiente creado por los factores culturales y sociales que se reflejan en el entorno en el cual se observa una aceptación efímera y condicionada a las personas que presentan algún tipo de discapacidad por parte de las personas convencionales, es por tal motivo que involucrarse a estudiar un poco acerca de personas sordas, se hace interesante en el sentido de velar por la igualdad social en la cual se está trabajando a nivel nacional e internacional.

“Los inicios de la IEM San José Bethlemitas se remonta a 1886 cuando el interés de una beata Ma. Encarnación Rosal fue el de apoyar a las personas necesitadas quienes en el contexto eran, las niñas huérfanas de la ciudad, por este motivo se le dio el nombre de Orfanato San José” (I.E.M. San José Bethlemitas), en este establecimiento eran atendidas todas las niñas que se encontraban desprotegidas, siendo formadas en lectura y escritura con un gran fundamento católico.

Al pasar el tiempo, el deseo de ayudar se extiende hasta formar la Escuela Primaria San José Bethlemitas determinado como: Establecimiento público mediante el decreto No. 2105 de 1939. Registrado con el folio 97 del 28 de mayo de 1940. Este gran paso benefició a la comunidad, ayudando al progreso de la sociedad con una educación integral encaminando a todos sus estudiantes a un progreso espiritual por su fundamentación estricta en valores de su creencia católica.

Dentro del presente estudio, se encuentra que, en la ciudad de Pasto, capital del departamento de Nariño, sobre el Valle de Atríz, al noroccidente, se encuentra ubicado el barrio Tamasagra, en el cual se sitúa la escuela San José Bethlemitas con resolución y aprobación de estudios No. 1945 de noviembre 19 del 2009, gracias a este suceso en el año 2011 se graduó la primera promoción de bachilleres académicos entre los cuales 6 fueron sordos.

Este colegio cuenta con cursos desde transición, básica primaria y bachillerato preparando estudiantes con muy buenos resultados y entre los cuales en la actualidad es de los pocos establecimientos educativos que cuentan con el proyecto de aulas bilingües adaptadas a personas sordas, teniendo grande aprovechamiento para personas en situación de discapacidad, contando con gran apoyo por parte de la comunidad y actualmente cuentan con 25 niños con esta condición

dentro de sus instalaciones, de transición a bachillerato contando con la ayuda de la alcaldía al involucrar el proyecto del modelo lingüístico.

Al ser esta institución de la rama católica pretende formar a sus estudiantes con una gran capacidad intelectual y espiritual, sin lugar a dudas esta meta pertenece a su misión siguiendo la doctrina católica y la formación de cada estudiante de manera integral; por lo tanto, los directivos, maestros, padres de familia aportan a este gran propósito enfocado a el ejemplo de Cristo como el autor de su educación en ética y valores cristianos.

2.2 Micro contexto

En la **I.E.M. San José Betlemitas**, la población sujeta de estudio es de cursos integrados, hay 2 niñas y 3 niños sordos profundos del grado 5, también hay 1 niña y 2 niños sordos profundos y dos hipos acústicos del grado 9, acompañados de 4 niños y 5 niñas oyentes. Dentro del colegio se cuenta con el programa curricular aula bilingüe que opera desde transición hasta bachillerato; dentro de este proyecto, la persona que asiste en la primaria se llama “modelo lingüístico, mientras que en el bachillerato se le llama interprete de lengua de señas colombiana, este proyecto institucional tiene como fin ayudar a que todos los niños y niñas puedan acceder a la información y por ende al aprendizaje y a la educación de calidad.

Relaciones Pedagógicas

En el campo relacional encontramos que al interior del grupo sujeto de estudio existen las siguientes relaciones:

Estuante-Estudiente Maestro, desde el primer encuentro con los estudiantes, causó un estado de sorpresa tanto para ellos como para el estudiante maestro, debido a que en el aula se maneja un lenguaje bilingüe, generando brotes de indisciplina, obligando a levantar la voz para las personas oyentes y poder atraer la atención de los estudiantes. A medida del paso del tiempo, la atención fue mejorando través de las actividades propuestas.

Estudiante-Estudiante, Se observó que los estudiantes no tenían una buena relación con los demás compañeros, al momento del descanso se apartaban dejando solos a otros compañeros, se presentaban conflictos, desánimos y su desarrollo y actitudes en actividades no era la mejor, conviene subrayar que también se presentaban comportamientos agresivos de manera física y gestual, por lo tanto, la interacción se veía afectada continuamente, provocando un ambiente tenso

en el desarrollo de cada clase, llevando a los estudiantes sordos a actuar de la misma manera que los demás compañeros oyentes.

Estudiante Oyente- Estudiante Sordo, esta relación, se ve afectada por motivos de comunicación, debido a que la mayoría de estudiantes oyentes no comprenden el lenguaje de señas, causando así una división que no aporta al fortalecimiento de las relaciones interpersonales. Esto produce un posible aislamiento grupal, afectando la inteligencia emocional en el sujeto de estudio por motivos del sentimiento de identidad que los dos grupos tienen.

Estudiante-Maestro, en esta relación, se evidencia la confianza entre ellos, debido al largo proceso que se ha efectuado en el paso de ambas partes en la institución, además la metodología usada ayuda al aprendizaje de los estudiantes estimulando un ambiente educativo favorable

Estudiante Maestro – Docente Titular, esta relación se fundamentó en el respeto y la responsabilidad, brindando ayuda pertinente ante cualquier necesidad, mostrando las instalaciones y la mejor disposición en cualquier zona, ante la clase dispuesta.

Estudiantes Maestros – Directivos los directivos brindaron todo el apoyo posible acomodando los horarios y brindando soluciones frente a los diferentes problemas presentados por factores externos.

3. Problema de investigación

3.1 Descripción del problema

Dentro de la práctica pedagógica que se desarrolló en la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, se observaron algunas situaciones problemáticas entre estudiantes, como ciertos comportamientos relacionados a sentimientos de impotencia o de frustración, mostrando actitudes de desánimo y desmotivación, puesto que en las actividades realizadas expresaban gestos de molestia, de distracción, y ofensa con palabras y señas. También, procuraban alejarse sin terminar las actividades propuestas, mostrando enojo frente al grupo y docentes. Este tipo de comportamiento posiblemente es generado por la falta de actividades incluyentes para la población sujeto, puesto que al estar en una actividad de estas se observó dificultades en el momento de canalizar sus frustraciones. Otra de las actitudes observadas era al momento de desventaja en un juego, perdiendo la calma fácilmente, este hecho posiblemente se presente por la falta de confianza en sus propias capacidades.

Es importante enmarcar que el desarrollo de la educación emocional se basa en el dominio de sentimientos que influyen negativamente en las personas, en el caso de esta población, las relaciones que existen entre compañeros se ve algo afectada ya que en la clase de educación física algunos de los estudiantes oyentes se dirigen a las personas sordas con burlas sin medir los efectos que causen en el otro.

En el momento que se llama la atención a los estudiantes, estos comienzan a actuar de manera diferente y optan por alejarse de la clase, pero algunos siguen con comentarios burlescos entre ellos, por la forma de comunicarse que tienen los estudiantes sordos ya que su lenguaje es viso-gestual.

Después de este suceso, la actitud de la población se torna despreocupada y desinteresada en las clases tanto que su desempeño al desarrollar las actividades es bajo y, al tratar de comunicarse con ellos, comienzan a desviar la conversación para hablar de otros temas, pero aun así demuestran gran aceptación y sorpresa a quien les brinda un poco de atención y tratando de integrarlos nuevamente a las actividades.

En el regreso a la clase, buscan a sus compañeros en igualdad de condiciones, es decir oyentes con oyentes y sordos con sordos, para hacer grupos entre ellos, los cuales no aceptan mucho a las estudiantes oyentes y viceversa, posiblemente por problemas de comunicación e

identidad, y se brindan ayuda solo entre ellos, creando competencia para ver quien lo hace mejor o quién es más rápido o fuerte, provocando brotes de indisciplina o algunas discusiones, ya que hay cierta dificultad a la hora de medir su fuerza en situaciones de actividad física que requiere mucho movimiento. Como ejemplo de la problemática, se observó en una actividad en la cual debían golpear una pelota de tenis de mesa con la mano, uno de ellos le pegó a otro por accidente, El compañero afectado expresó malestar y fue tan grande su enojo que no quiso hacer nada más y salió de la clase, al preguntarle el porqué de su decisión manifestó su incomodidad frente a su compañero, respondió con llanto y frustración.

Tabla 1

Síntomas y Posibles causas

Síntomas	Posibles causas
Comportamiento de impotencia y frustración	Existe la creencia que hay desventaja en realizar las actividades frente a los compañeros oyentes
Dificultad en la relación entre estudiantes sordos y oyentes, por medio de burlas y apodos.	Dificultades en las relaciones interpersonales.
Bajo desempeño en actividades grupales inclusivas	Falta de actividades de sensibilización con la población sorda.
La población sorda prefiere hablar de otros temas en lugar de expresar sus sentimientos	Posiblemente porque no logran tener una buena relación con sus compañeros oyentes.
Los estudiantes sordos se agrupan generando indisciplina y no aceptan a los compañeros oyentes.	No hay sensibilización sobre la discriminación que se forma de las dos partes.

Fuente: Autoría propia.

3.2 Formulación del problema

¿Cómo se fortalece la educación emocional, de la población sorda y oyente mediante la práctica del tenis de mesa del Colegio San José Bethlemitas de la ciudad de San Juan de Pasto?

4. Justificación

El presente estudio, tiene relevancia en tres sentidos importantes, iniciando desde lo pedagógico, en donde se ve la necesidad de realizar adecuaciones curriculares que se enfoquen en permitir la integración e inclusión de la población sorda con la población oyente, de tal manera que se fortalezcan las relaciones interpersonales, permitiendo que el desempeño académico no se vea afectado, ya que se ha evidenciado que según cómo el estudiante llegue al aula de clases en su parte emocional sabrá responder en el contexto académico.

Por otra parte, buscando contribuir al desarrollo y fortalecimiento de la educación emocional, se propone actividades deportivas enfocadas al tenis de mesa, que permiten primeramente integrar a las dos poblaciones tanto los oyentes cómo los sordos, mejorando sus relaciones intra e interpersonales aportando al mejoramiento de la educación emocional.

Por lo anterior, se puede expresar cuán importante es fortalecer la educación emocional desde la persona misma y expresarlo mediante las buenas y adecuadas relaciones entre pares.

También, es importante contribuir a esta inteligencia ya que se logrará cambiar ciertas actitudes que han influenciado negativamente en la sana convivencia, de tal manera que el tenis de mesa, mediante las diferentes actividades que este deporte propone, se busca que los estudiantes se integren y disminuya la discriminación que ahora existe, también, que esta población a nivel personal canalice sus emociones y las exprese de una manera en que no afecte negativamente a los compañeros.

Por último, es relevante decir que el deporte es un espacio académico que los estudiantes están obligados a cumplir, pero se puede incursionar en otros deportes cómo el tenis de mesa en donde no se discrimine entre población oyente o no oyente, sino en estudiantes capaces de cumplir con sus objetivos y talentosos en este deporte.

5. Objetivos

5.1 Objetivo general

Contribuir al fortalecimiento de la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.

5.2 Objetivos específicos

Caracterizar la competencia emocional de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.

Implementar el tenis de mesa, para el fortalecimiento de competencias personales y competencias sociales, en el grupo sujeto de estudio.

Analizar los efectos del tenis de mesa sobre la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.

6. Línea de investigación

Esta investigación, está vinculada a la línea de investigación Motricidad y desarrollo humano, señalando desde este último enunciado, la apuesta pedagógica hacia las diferentes capacidades articuladas a la búsqueda del equilibrio mente-cuerpo, desde una mirada holística de la salud física y mental, en caso particular de los estudiantes del a I.E.M. San José Bethlemitas.

Así pues, se tiene en cuenta el desarrollo humano y las nuevas tendencias de la Educación Física, desde donde entiende, e interpela la forma de enseñar en los diferentes contextos donde muchas veces no se cumplen los objetivos que se han trazado para formar personas integrales a partir de esta área fundamental.

Desde el que hacer pedagógico, se debe empezar a buscar estrategias innovadoras enfocadas, no solo en la formación competitiva, sino en el desarrollo físico corporal y emocional, que en palabras de Luz Elena Gallo (2009), en donde se comprende que el cuerpo ya no es entendido únicamente como lo material, físico o los presupuestos que se derivan de una postura cartesiana que divide al hombre desde una concepción de cuerpo y alma: el primero, se lo toma como un aspecto que se debe resaltar por su capacidad motriz, fisiológica, biológica y hasta de competencia.

Lo dicho con anterioridad, se enlaza con el concepto de corporeidad, que ve al cuerpo, como “protagonista de todo acto humano, visible e invisible” (Pateti, 2007, p.107). Es así que, el cuerpo, el movimiento, los sentimientos y las emociones, son parte de la corporeidad y por eso, se ve la imperiosa necesidad, de educar el cuerpo y la mente, porque la enseñanza desde la Educación Física, va más allá de formar atletas, o deportistas; pues busca en el sujeto, sea niño, joven o adulto, su desarrollo integral.

7. Metodología

Este proyecto presenta un diseño metodológico orientado desde un paradigma cualitativo, ya que su objeto de estudio son seres humanos, donde se comprende y aceptan sus formas de vida dentro de la sociedad. También, se aborda desde un enfoque crítico social y un método de investigación acción, que permiten comprender la realidad de estas personas y hacer un acompañamiento a través de la práctica pedagógica.

7.1 Paradigma

La propuesta de investigación se realiza dentro del paradigma cualitativo porque la comprensión del humano y más específicamente de su ser, se basa en un conjunto de apreciaciones relativas que corroboran las ciencias humanas, las cuales responden a un concepto epistemológico, que intentan brindar de este, un significado sobre su manifestación anímica y física en el mundo. Según Sampieri, Collado y Batista “La investigación cualitativa se enfoca a comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto” (Hernández Sampieri et al., 2010, p.358).

Así pues, desde este estudio, se trata de comprender un fenómeno como es el comportamiento de la población sorda, sus vivencias, puntos de vista, sentimientos y emociones en interacción con la población oyente.

7.2 Enfoque

Se aborda el enfoque crítico social, que según Esperanza Agreda, “pretende que la investigación se encamine al logro de una consciencia auto-reflexiva y crítica para transformar la realidad” (Agreda Montenegro, 2004, p. 28). Es por esto, que se busca hacer una reflexión crítica en cuanto a las vivencias de la población sorda y oyente, conociendo a profundidad su realidad, y comprendiendo cómo influye el entorno social en el fortalecimiento de su inteligencia emocional.

7.3 Método

Para esta propuesta se implementa el método investigación acción, para el cual, John Elliott afirma que “los valores educativos dentro de la investigación acción deben realizarse en los

procesos de enseñanza – aprendizaje que tiene lugar en el aula y no a través de los mismos para la consecución rápida y eficaz de unos objetivos preestablecidos” (Elliot, 2005, p. 14).

En este sentido, es posible afirmar que este método genera una práctica social que da lugar a la reflexión crítica del actuar humano en sus diferentes contextos, y solo es posible cuando se conoce la realidad del estudiante y se recrean espacios de aprendizaje social, en donde es capaz de desenvolverse libremente y así buscar una solución a sus interrogantes.

7.4 Unidad de análisis

Se contempló como unidad de análisis a la Institución Educativa San José de Bethlemitas y como unidad de trabajo, a estudiantes de los grados 5 de primaria y 6 de bachillerato para un total de 20 estudiantes con edades comprendidas entre los 11 y 13 años.

7.5 Técnicas e instrumentos de recolección de información

La implementación de las técnicas de recolección de la información, permitieron acercarse de manera precisa al objeto de estudio, en coherencia con el método de investigación, para seguir la ruta que posibilite la recogida de información en esta investigación para su posterior sistematización y análisis en función de los objetivos específicos trazados. Así pues, se emplearon las siguientes técnicas para la recolección de información.

Árbol de problemas: Es una técnica participativa que ayuda a desarrollar ideas creativas para identificar el problema y organizar la información recolectada, generando un modelo de relaciones causales que lo explican. El tronco del árbol es el problema central, las raíces son las causas y la copa los efectos.

Observación participante: desde la postura de Elsy Bonilla y Penélope Rodríguez se precisa sobre esta técnica que “observar, con sentido de indagación científica, implica focalizar la atención de manera intencional, sobre algunos segmentos de la realidad que se estudia, tratando de capturar sus elementos constitutivos y la manera cómo interactúan entre sí, con el fin de reconstruir inductivamente la dinámica de la situación” (como se cita en Bonilla & Rodríguez, 2007, p. 74).

En ese entendido, el investigador comparte con el grupo sujeto de estudio, con el fin de conocer a profundidad su realidad. Se puede hacer uso de esta técnica de recolección de

información ya detectado el problema y además observar las reacciones y manifestaciones de los estudiantes.

Mapa parlante: esta técnica, es usada para conocer de manera gráfica la visión que tiene el grupo sujeto de estudio sobre temas relacionados al proyecto investigativo. Así lo afirma Esperanza Agreda, quien dice que el mapa parlante “es una técnica gráfica que sirve para que los participantes amplíen la visión de sus problemas y puedan ubicarse histórica y geográficamente. Entre otras cosas servirá para poder abarcar el espacio geográfico donde se ubican las situaciones o hechos vinculados a la investigación” (Agreda Montenegro, 2004, p. 47).

7.5.1 Instrumentos de recolección de información

Cuaderno de notas: es un instrumento usado por investigadores de varias áreas para hacer anotaciones cuando ejecutan trabajos de campo. Es un ejemplo clásico de fuente primaria. Los cuadernos de notas son normalmente block en el que los investigadores registran información con relación a una técnica aplicada, donde se van escribiendo las ideas o los acontecimientos más relevantes que sucedan en la implementación de la propuesta pedagógica. Entonces, “el observador se debe acompañar de un cuaderno de notas como aquel instrumento donde va registrando las anotaciones importantes que durante la observación él va considerando” (Martinez, 2007). Es así como este instrumento se empleó para la técnica del árbol de problemas.

Diario de campo: definido como un instrumento de recolección de información que se va creando a través de un escrito cotidiano, en el cual se registra todos los sucesos vivenciados durante la observación al grupo de estudio, según, Elsy Bonilla y Penélope Rodríguez “el diario de campo debe permitirle al observador un monitoreo permanente del proceso de observación” (Bonilla & Rodríguez, 2007, p. 118).

En este sentido, el diario de campo es una herramienta que permite recopilar las experiencias de intervención pedagógica con el grupo sujeto de estudio para luego analizar los resultados. Este diario se realiza durante todo el proceso investigativo, para conocer detalles, comportamientos e ideas de los estudiantes.

Guía de preguntas: este instrumento “prescribe de manera organizada las preguntas abiertas, lideradas por el moderador del grupo focal, para precisar conceptos u obtener mayor información” (Sampieri, 2014, p. 404). Las preguntas se construyen en coherencia con el diseño

categorial a la luz de los argumentos teóricos y son validadas por expertos. Este instrumento fue empleado en este estudio para el mapa parlante.

Para fundamentar teóricamente tanto el problema detectado como la alternativa de solución planteada, se hace uso de libros, revistas de educación, artículos electrónicos que contribuyen a recolectar la información necesaria para el proceso investigativo.

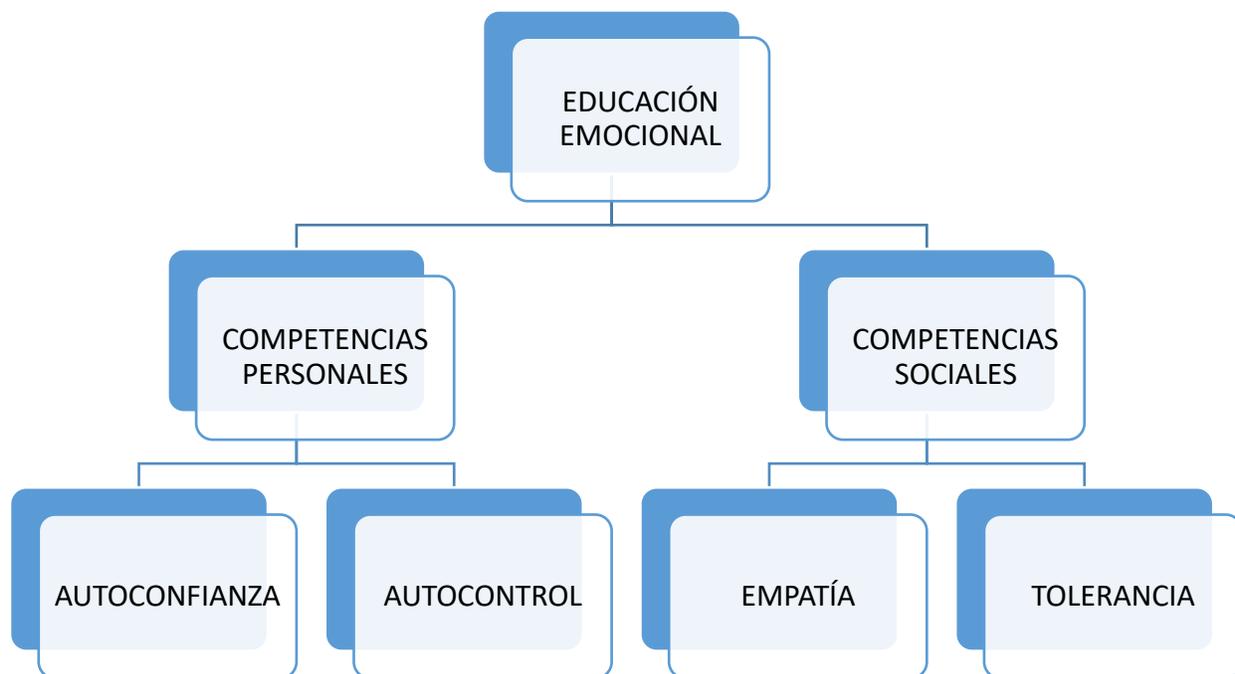
De igual forma, se utiliza como instrumentos de recolección de información, dispositivos mecánicos como grabadora, cámara fotográfica, computador y video.

8. Referente teórico conceptual

8.1 Categorización

Figura 1

Categorización



Fuente: Autoría propia

Educación emocional

La educación emocional está ligado a la inteligencia emocional, ya que es imposible que una persona sea inteligente emocionalmente sin antes haber recibido una educación de sus emociones y sentimientos. Por ende “La educación emocional, por lo tanto, pretende valorar el papel de las emociones en la educación y producir el desarrollo de las competencias emocionales de los estudiantes” (Zaldivar Sanuán, 2024, p. 97). Es por esto que, este concepto permite a los educadores profundizar en la dimensión socioafectiva de los estudiantes, permitiendo educar o guiar emociones que pueden ir en pro o en contra de sus contextos inmediatos.

Competencias Personales

De este modo, se presenta la categoría de competencias personales, de las cuales se vislumbra el autocontrol y la autoconfianza. Entendiendo que estas competencias permiten la “facultad para adoptar comportamientos frente a los desafíos diarios de cualquier tipo, definiendo propósitos, tomando decisiones informadas y éticas, hallando alternativas, involucrándose en las normas sociales y promoviendo el bienestar en la comunidad” (Garrido, 2024, p. 12). Estas competencias se convierten en básicas, ya que el ser humano necesita desarrollar habilidades que le permitan controlar sus emociones y conocer sus capacidades y debilidades, de este modo enfrentarse al entorno inmediato.

Autoconfianza

Ahora bien, se encuentra la subcategoría de la autoconfianza, de la cual se puede decir que es la capacidad que tiene el ser humano de conocerse a sí mismo, y entender cuáles son sus límites y sus alcances; implica también, tener conciencia de las propias actitudes frente a situaciones cotidianas.

Autocontrol

Refiriéndose a la misma competencia se encuentra la subcategoría del autocontrol, la cual permite que el individuo controle sus propias emociones y sea responsable de sus actitudes o reacciones. Es decir, la persona es responsable de su comportamiento.

Competencias sociales

Por otra parte, se toma como segunda categoría, las competencias sociales, las cuales se enfocan en el ser humano en sociedad, entendiendo que los demás necesitan de comprensión y esto solo puede suceder si existe una adecuada interacción entre quienes hacen parte del contexto social. Es así que las competencias sociales se basan en “diversos elementos de carácter individual, interpersonal y contextual que pueden tener un impacto significativo en la calidad de las relaciones entre estudiantes en el aula” (Retto López, 2024, p. 313). Por esto, se destacan habilidades o competencias que permiten entablar relaciones interpersonales que sean de beneficio mutuo.

Empatía

De esta categoría, se desprenden dos competencias básicas, una de ellas es la empatía, es aquella que permite conocer al otro desde un punto de vista más profundo y comprensivo, en que una persona es capaz de entender la situación del otro ya que se pone en sus zapatos, permitiendo entender el porqué de sus acciones y de su forma de pensar.

Tolerancia

Por último, se encuentra la tolerancia, concebida como un valor que permite reaccionar de una manera asertiva ante cualquier situación que puede causar molestia, pero es importante tomarla como una actitud de comprensión de las diferencias existentes entre seres humanos.

8.2 Referente documental histórico

Muchas personas han intentado entender los componentes que hacen parte de los seres humanos y poder unirlos para demostrar la importancia de cada uno. En la antigüedad, algunas culturas daban mucha importancia al cuerpo y dejaban a un lado el componente emocional.

Es de gran importancia resaltar cómo la educación emocional hace un aporte significativo y primordial en el desarrollo de las personas, ya que es la que permite al ser humano un mejor manejo en la parte emocional, llevándolo a tomar las mejores decisiones, sabiendo que siempre estará rodeado por individuos donde las diferencias resaltarán y es ahí donde se destaca la parte del control emocional de poder manejarse a sí mismo y no tener problemas con los demás; por tanto, es relevante conocer un poco más de dónde surge y cuáles han sido las diferentes concepciones teóricas que han tenido sus antecesores a través del tiempo. Una de las concepciones importantes con la cual se desea comenzar es con la de Aristóteles quien dice que “más que ser reacciones instintivas las emociones son de naturaleza altamente cognitivas” (Konstan, 2004).

El filósofo Aristóteles considera que las emociones son de forma cognitiva, indica que su naturaleza surge de procesos mentales que usan al cuerpo para poder ser expresadas y no al contrario, al ser proceso mental expresado, las emociones pueden incidir en muchos aspectos de la vida, en la forma de caminar hablar y expresarse, en este sentido, es muy necesario comprender más a fondo este tipo de procesos para controlar las diferentes situaciones en las que aparecen emociones que influyen de manera negativa en las personas, es así como se determina que las

emociones no son algo que surgen de vez en cuando, como reacción entendiéndose que un instinto es un impulso irracional.

Continuando en el hecho histórico de las emociones, su concepción fue cambiando y comenzó a expandir posibilidades.

Posteriormente, se encuentra a un grupo de psicólogos asesorados por el doctor Eric Berne, el cual trabajaba desde los años sesenta en cuestiones de control emocional que más tarde denominaron como inteligencia emocional, surgida primordialmente del análisis transaccional y de una serie de experiencias destinadas más que a la formación del individuo, a la plenitud de su realización individual.

Este gran paso lleva a pensar en el cambio que quizá uno de los más importantes en el sentido del impacto emocional en la vida de las personas, denominándola como inteligencia emocional con disposición a la realización integral. En donde se enfoca aún más en el control emocional y cómo hacer para entender mejor como la intervención emocional apoya a la progresión social.

8.3 Referente investigativo

La educación emocional, es un tema que se ha complementado gradualmente para ser de interés investigativo las cuales se han realizado mostrando gran impacto; por tanto, es muy importante hacer una mención de aquellos estudios que se han visto involucrados, por la aceptación de quienes leen acerca de la educación en el campo emocional. En este sentido, la revisión del tema a nivel internacional, nacional, departamental y municipal en el que se encuentran artículos investigativos y proyecto de investigación, ya que a través de estos se reconoce la existencia de investigaciones que antecedieron a esta.

A nivel internacional se encuentra la investigación

Título: Desarrollo emocional en la infancia. un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas.

Autores: Heras Sevilla, Davinia; Cepa Serrano, Amaya; Lara Ortega, Fernando en

Año: 2016, en Badajoz España, realizada para publicación en revista científica en psicología.

En ella los autores afirman que los primeros vínculos emocionales se establecen en el seno de la familia. La escuela supondrá el segundo agente educativo para el desarrollo emocional de los

menores. En dicho contexto, resulta primordial potenciar y favorecer el desarrollo integral de todo el alumnado. Tradicionalmente el sistema educativo se ha centrado en el desarrollo cognitivo. Como ya hemos indicado, en los últimos años se ha puesto de relieve la necesidad de trascender a este enfoque, trabajando desde una perspectiva más amplia que permita la inclusión de las emociones en el aula. Actualmente, no existe en el currículum escolar ninguna asignatura que trabaje explícitamente las competencias emocionales. Sin embargo, de una marea implícita, se les exige a los docentes que sus alumnos desarrollen sus capacidades afectivas.

De esta manera, se ve reflejado que la educación emocional es uno de los aspectos que deben influir en el ámbito educativo, donde es preciso tener en cuenta al estudiante con la relación y la expresión de sus emociones con otros individuos y los diferentes contextos que lo rodean comenzando desde su entorno familiar; sin embargo, en esta primera faceta, la vida de las personas se ve afectada en la parte social, por lo que toman caminos que no contribuyen a una buena formación ciudadana. Por tanto, la contribución que da esta investigación al tema de educación emocional es de gran importancia, ya que el papel que desempeña el docente dentro del contexto escolar, es el segundo más relevante para la formación integral de sus educandos y es así como el docente es el encargado de guiar y educar con el ejemplo, en compañía de estructuras curriculares establecidas en la institución o mejor aún desde el ministerio de educación en colaboración de una formación social integral.

De igual modo, continuando con el plano internacional, se encuentra una tesis doctoral

Título: Inteligencia emocional plena: hacia un programa de regulación emocional basado en la conciencia plena.

Autores: Héctor Arturo Enríquez Anchondo -

Año: 2011 Málaga, España.

En el cual se encuentra que educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas. La educación de las emociones tiene que servir de puente para aproximar lo que queremos ser, desde un punto de vista ético, y lo que somos, desde un punto de vista biológico.

Dentro de lo propuesto por el autor, es importante reconocer inicialmente aquellas problemáticas que tienen los estudiantes, con el fin de mejorar por medio de esta los procesos de

aprendizaje; de lo mencionado según el autor se debe tener en cuenta programas que beneficien el desarrollo personal por medio del trabajo de las emociones desde los puntos de vista éticos y biológicos, llevando al estudiante a ser racional comprendiendo sus emociones y las de los demás, aprender a regularlas y tener un mejor sentir ante cualquier contexto y específicamente el educativo.

Con relación a lo anterior, es oportuno resaltar que la investigación citada, da un gran aporte al tema planteado en esta investigación, ya que se pretende que los estudiantes sean emocionalmente inteligentes y que logren salir de muchas situaciones que se presenten en su diario vivir; de tal manera, que la clase de Educación Física complemente la educación emocional y que sea parte fundamenta en la adquisición de conocimientos, además también que los estudiantes puedan mejorar en su salud mental, iniciando por el autoconocimiento, que con seguridad permitirá una mejor relación con los demás entendiendo el gran valor de la empatía.

Por otra parte, a nivel nacional se encuentra el proyecto de investigación de especialización en educación.

Título: La educación emocional aplicada a estudiantes que ingresan a la educación básica secundaria.

Autor: por la autora Irma Yorlady Camacho Quiroga

Año: 2018, Chía Colombia.

En esta se menciona que los niños y jóvenes necesitan, en su desarrollo hacia la vida adulta, que se les proporcionen recursos y estrategias para enfrentarse con las inevitables experiencias que la vida nos depara. En definitiva, se trata de capacitar a todas las personas para que adopten comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano. Aquí la prevención está en el sentido de prevenir problemas como consecuencia de perturbaciones emocionales.

En este sentido, se ve reflejado que la educación emocional es uno de los factores más importantes en el ser humano, la autora presenta a la educación emocional como una necesidad ya que está posibilita a que las personas expresen sus emociones y entienda las expresiones emocionales de los demás.

En este sentido las familias y las instituciones educativas deben plantear herramientas que aporten al crecimiento de los estudiantes, quienes estarán preparados para enfrentar las experiencias que se presentan en la vida, sobrepasando las actitudes negativas resultado de las

emociones que influyen negativamente por los factores de provocación externos e internos, esta es una prevención y formación que sirve para generar experiencias satisfactorias cerca de obtener niveles de felicidad en cada una de ellas.

Por consiguiente, es relevante mencionar el aporte que brinda este estudio a la investigación, permitiendo conocer que en el nivel emocional en el cual se encuentran los estudiantes es muy difícil debido a su edad ya que todos oscilan entre los 12 y 13 años y que sus estados emocionales están cambiando constantemente, llegando al punto de afectar su entorno, y también su rendimiento académico, pero dentro del proceso formativo, es posible prestar atención y dialogar con los educandos, para tratar de conducirlos por el mejor camino.

Continuando dentro del contexto nacional, se tiene una investigación relacionada a un proyecto de Inteligencia Emocional

Título: Estudio y desarrollo de la inteligencia emocional

Autor: licenciada Gloria Valencia

Año: 2006 en Bogotá

En la cual busca generar acciones específicas de educación emocional en los niños y sus padres aportará de manera preventiva en la aparición de comportamientos infantiles asociados a la ansiedad, depresión, bajo rendimiento académico, consumo de sustancias psicoactivas, inicio temprano de la sexualidad, promoviendo el aumento de la autoeficacia y la autodeterminación para afrontar dificultades actuales y futuras. Promover las fortalezas de los niños y jóvenes puede hacer que éstos tengan mayor probabilidad de experimentar altos niveles de autoeficacia e incrementar cambios que favorezcan la resolución de sus dificultades actuales y las que deberán afrontar en el futuro.

Desde esta perspectiva, es importante destacar el trabajo que realiza esta licenciada, posibilitando entender la trascendencia que tiene el tema de esta investigación en el entorno psicológico, elementos que ayudan al ser humano a solucionar conflictos de manera más asertiva y específica; según esto, cabe mencionar, que brinda un gran aporte a esta investigación, ya que da claridad en la importancia del concepto de educación emocional dentro de la familia, dentro de las instituciones educativas y la preparación de los docentes en el proceso de formación.

Es oportuno ahora, nombrar como en el contexto departamental y municipal

Título: Diseño y construcción inventario ERCA (empatía, relaciones interpersonales y comunicación asertiva)

Autores: Sonia Amparo Ramírez Escobar Edna Yisel Valdes Solarte Leidy Jhoana Rosero Muñoz Noely Julieth Villarreal Mojana Érika Alexandra Vásquez Arteaga, por las autoras Adriana Carolina Santander Garzón y Yaqueline Elizabeht Ureña Prado, realizada en la Institución Universitaria CESMAG.

Año: 2008 en la ciudad de San Juan de Pasto,

Pertenecientes al programa de psicología, Adriana Garzón y Yaqueline Ureña (2006) destacan lo siguiente:

El estudio de Habilidades para la Vida, se propuso con población adolescente, pues está en una etapa caracterizada fundamentalmente por ser un período de transición entre la pubertad y el estadio adulto del desarrollo, o sea el paso de un estadio de desarrollo a otro, donde se delimitan y definen unas nuevas características en el individuo. (p. 33)

De acuerdo a lo expuesto anteriormente, y lo realizado por estos personajes, cabe reseñar que abren la posibilidad a la valoración de la educación emocional de una manera, en la que se puede comprobar los estados emocionales en el que se encuentra la persona de acuerdo al paso transicional determinado por Piaget; según esto, brinda una manera en la cual se permita, la realización de un estudio enfatizado en determinar una de los posibles problemas y poderle dar la solución correspondiente con la estrategia escogida a trabajar con el grupo sujeto de estudio.

8.4 Referente legal

Dentro del proyecto que se lleva a cabo, es importante conocer el estudio realizado con el aula integrada de la I.E.M. San José Bethlemitas, para ello se desea citar lo pertinente en cuanto a aquellas normatividades que reglamentan el proceso educativo a nivel nacional. En este sentido, se menciona a la Constitución Política de Colombia, la Ley General de Educación, la Ley 181 del Deporte, la ley 115 por la cual se expide la reglamentación de la Educación y de igual manera el documento No. 15 del Ministerio de Educación Nacional que hace referencia a las competencias que se deben aplicar en los establecimientos educativos.

De acuerdo a lo anterior, se inicia citando el artículo 45 de la Constitución Política de Colombia el cual se refiere a: “el adolescente tiene derecho a la protección y la formación integral. El estado y la sociedad garantizan la participación activa de los jóvenes en los organismos públicos y privados que tengan a cargo la protección, educación y progreso de la juventud” (Barreto & Sarmiento, 1997, p. 195).

Con base en lo anterior, es importante rescatar aquellos elementos que se mencionan para el desarrollo integral de la juventud y como las instancias gubernamentales apoyan dicho desarrollo, en este caso la educación y demás derechos en la vida escolar son importantes para brindar protección y todo lo que sea necesario para generar progreso social, ya que esta sociedad es una de las estancias mencionada en el artículo anterior como participante en la vida activa de la juventud colombiana.

En efecto a lo anterior, la educación se articula hasta ser un eje fundamental dentro del territorio colombiano, de ahí que dentro del artículo 67 de la constitución política se encuentre plasmado lo referente a la formación de las personas, en este sentido el artículo mencionado hace alusión a: “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la tecnología, y a los bienes y valores de la cultura” (Barreto & Sarmiento, 1997, p. 97).

Desde este punto de vista, es pertinente mencionar, que el ser humano desde que nace está inmerso a una serie de derechos fundamentales, entre ellos se encuentra la educación como eje esencial de desarrollo y conocimiento, por ello la formación recibida dentro de las instituciones tiene que ser la más conveniente, entendiendo que su fin es la formación integral de cada estudiante, y así poder conseguir buenos educandos a la sociedad.

De igual manera, dentro del proceso de formación en la escuela, hay una serie de elementos vinculados al área de Educación Física para su óptimo aprovechamiento en espacios donde se pueda desarrollar cada clase, en ese entonces se tendrá la posibilidad de generar estrategias para el aprendizaje.

8.5 Referente teórico conceptual de categorías y subcategorías

Educación Emocional

Dentro del marco teórico, es importante aclarar el concepto de educación emocional, el cual “va ligado al de inteligencia emocional, ya que para que una persona sea emocionalmente inteligente y resolutiva, es preciso que haya recibido una educación emocional” (Valencia, 2016). De acuerdo a esto, se entiende que la inteligencia emocional está presente en el ser humano desde su nacimiento, pero necesita ser educada o guiada de tal forma que el individuo sea capaz de desarrollar y fortalecer sus emociones teniendo en cuenta que se desenvuelve en un contexto social que puede causar felicidad o frustraciones.

Es así que, la educación emocional se convierte en una necesidad que debe ser atendida en el ámbito escolar; es importante entender que el primer entorno en fortalecer la inteligencia emocional es la familia, y el segundo es el contexto educativo, en el cual se deben romper ciertos paradigmas en referencia al concepto de inteligencia, así lo expresa Valencia (2016):

Hace unos años era frecuente asociar la inteligencia exclusivamente a la capacidad cognitiva o de memorización del individuo, pasando por alto, numerosas variables como las emociones. Actualmente se sabe que las emociones son al cerebro, lo que la gasolina a un motor, por lo que se puede afirmar que las emociones son las responsables del éxito personal, así como de la felicidad de las personas.

Por esto, es necesario comprender que la educación emocional es tan importante que define el modo de vivir y como enfrentar las diferentes situaciones cotidianas.

De igual manera, es importante definir la inteligencia emocional, la cual se entiende por “la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud: la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento: la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (como se cita en Palomera & Berrocal, 2008, p. 443).

Por último y de acuerdo al autor, la educación emocional permite guiar a las personas en su desarrollo emocional, en el sentido de expresar sus propias emociones, controlar sus reacciones y conocer a los demás siendo empáticos y tolerantes.

También, se toma en cuenta lo expresado por Goleman, quien explica las inteligencias múltiples y como actúa cada una en la vida del ser humano, es así como expresa que “Las personas emocionalmente inteligentes toman muy en cuenta sus propios sentimientos y los de los demás; tienen habilidades relacionadas con el control de los impulsos, la autoconciencia y la valoración adecuada de uno mismo” (Goleman, 1996, p. 25)

Cada persona, toma la decisión de cómo ve la realidad en que vive, pero esta decisión implica que exista una educación emocional, para que pueda enfrentarse a cada situación de la vida, manejando un control de sus emociones y sus reacciones, ya que en ciertas circunstancias puede haber reacciones positivas o negativas, el reto individual es que las emociones no afecten la integridad propia y de los demás.

Competencia Personal

Dentro de las categorías, se encuentra la competencia personal, la cual hace referencia a un conjunto de habilidades a nivel individual, así lo expresa Bisquerra, como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra, 2003, p. 22). Por esto, se conoce que el individuo es capaz de comprender y regular sus emociones buscando una satisfacción propia y de igual manera, sepa vivir en sociedad.

También, se entiende que esta competencia permite un crecimiento personal, en el sentido en que la persona se enfrenta a una situación de manera responsable y eficaz, sin poner en riesgo su integridad. Así lo expresa Gonzales, en cuanto al afrontar situaciones cotidianas se debe “permitir resolver con eficiencia las tareas cotidianas y afrontar nuevos retos con ilusión, eficacia y responsabilidad, desde el autoconocimiento, la autoestima y el crecimiento personal” (Gonzales Gallego, 2010, p. 316).

Ahora bien, la competencia personal hace referencia a las capacidades del ser humano que debe desarrollar para desenvolverse en el mundo y afrontar las situaciones cotidianas de frustración o felicidad. Entonces, es aquí donde toma importancia el papel del educador, el cual se convierte en un guía o un facilitador que permite que el estudiante conozca sus capacidades y pueda desarrollarlas y ponerlas en práctica para el beneficio propio y el de los demás.

Autoconfianza

Dentro de la categoría de competencia personal se encuentra la subcategoría de la autoconfianza, la cual se define como “una actitud que ejerce una influencia positiva en el desarrollo personal y en la relación con los otros” (Estanqueiro, A., 2006, p. 27). Es decir, que la autoconfianza se basa en la confianza en sí mismo la cual permite el crecimiento personal y social, ya que se conoce sus propias fortalezas y debilidades con las cuales se enfrenta al mundo que le rodea. Por lo tanto, una persona que tiene confianza en sus propias capacidades logra el éxito en su vida sin importar el ámbito en que se desarrolle.

Existen diferentes situaciones en la vida cotidiana que pueden poner en duda las propias capacidades, para esto el mismo autor expresa que: “una persona con autoconfianza ve los problemas como desafíos y persiste, a pesar de los obstáculos. Así, podrá alcanzar sus objetivos”

(Estanqueiro, A., 2006, p. 27). Es así como una persona que se conoce a sí mismo puede lograr grandes cosas en cualquier momento de su vida, enfrentando las frustraciones y buscando su beneficio personal y social.

La autoconfianza se basa en “la capacidad de conocer los propios estados emocionales que se manifiestan a través de las emociones. Cuando este se obtiene, la persona adquiere capacidad para reconocer cuales de las emociones son propias y cuáles son las de los demás de forma que pueda controlarlas” (López, 2003, p. 22). En este sentido se puede decir que la confianza en sí mismo permite actuar con seguridad en determinadas situaciones; también se hace referencia al equilibrio emocional que hace que la persona actúe conforme a lo que piensa o dice, y así mismo la toma de decisiones de manera autónoma y segura.

De acuerdo a lo anterior, es necesario referencias el contexto educativo, que permite que los estudiantes conozcan, asimilen y practiquen sus propias capacidades y emociones, manifestándolas de manera adecuada, generando espacios de dialogo para la resolución de problemas y momentos en donde maneje situaciones de frustración para desarrollar habilidades sociales demostrando un comportamiento adecuado en cada actividad escolar y extracurricular.

Autocontrol

Otra de las subcategorías corresponde al autocontrol, el cual se define como: “Un conjunto de habilidades cognitivo-emocionales, con fuerte influencia del ambiente a través de los procesos de aprendizaje implicados en la crianza, que determinan la inhibición de respuestas rápidas, preferentes en el repertorio conductual, y que producen más satisfacción o gratificación en el momento” (Akers, 2013, p. 128).

De acuerdo al autor, el autocontrol hace referencia a la habilidad de limitar ciertas acciones que puedan entorpecer la integridad individual o social; también, existe el control en las reacciones causadas por alguna situación de frustración o de inmensa alegría; la toma de decisiones, las palabras a expresar, las acciones reactivas positivas o negativas, los pensamientos y emociones, estas actividades son posibles de controlar por el ser humano, siempre y cuando se promocióne una adecuada educación emocional.

Por otra parte, el autocontrol tiene que ver también con la responsabilidad de los propios actos, así lo expresa María Elena López, (2003) dice que el autocontrol es:

La capacidad de manejar y controlar los propios estados emocionales internos en áreas de asumir la responsabilidad de los propios actos y reacciones. Cuando las personas que sienten que no tienen control sobre sus emociones, experimentan una vivencia limitada y debilitante debido a que no pueden asumir la responsabilidad de sí mismos, sino que se la asignan a las emociones descontroladas y desorganizadas (p. 23).

De este modo, es importante fomentar la responsabilidad de los propios actos, ya que, si no hay una educación de esto, es posible que el individuo no asuma sus propios errores y las consecuencias que trae, sino que en cambio busque culpables en otras personas. Esta actitud genera una vida debilitada y con miedo al fracaso. Por esta razón, es importante la educación emocional enfocada hacia el autocontrol para que las personas afronten sus propios errores y consecuencias, logrando grandes cosas a nivel personal y social.

Además, una persona que maneja un nivel adecuado de autocontrol es una persona positiva que logra enfrentarse ante cualquier situación de su cotidianidad, bien sea momentos de alegría o también de sufrimiento y desesperación. Por esto, se busca “crear un manejo que logre la expresión adecuada; las personas que tienen autocontrol se mantienen positivas y con buen nivel de adaptación a pesar de la situación de conflicto, son capaces de mantener claridad sobre sus objetivos y acciones a pesar de las emociones” (López, 2003, p. 23).

Por lo anterior, se puede afirmar que el autocontrol permite un estilo de vida íntegro, en donde existe un equilibrio entre lo que piensa, dice y actúa; de igual manera, se genera procesos de adaptación ante las diferentes circunstancias de la vida, siendo esta actitud quien define el comportamiento y la forma de ver el mundo.

Empatía

Dentro de la categoría de las competencias sociales, se encuentra la subcategoría de la empatía, la cual es una herramienta importante que permite establecer relaciones interpersonales asertivas, para lo cual “la empatía está relacionada con la conducta pro social por tanto motiva a las personas a tener comportamientos de ayuda, cuidado, evitar el daño a otro, buscar conciliar diferencias y pedir perdón cuando se reconocen equívocos” (Muñoz & Chavez, 2011, p. 13).

La empatía implica conocer al otro o en palabras más comunes, ponerse en los zapatos del otro, aceptando las diferencias, de tal manera, que se generen relaciones sociales significativas y de crecimiento mutuo.

Se debe tener en cuenta que cada persona tiene comportamientos aprendidos en el hogar, por tal razón existen personas con diferentes formas de actuar, y en algunos casos se observa conductas que entorpecen la sana convivencia, y otros casos que llegan a ser antisociales. Este tipo de comportamientos dañinos para la sociedad se la conoce como apatía, de la cual un individuo actúa y piensa para sí mismo y para satisfacer sus necesidades sin importar que tenga que pasar por encima de otros; por lo tanto, se busca trabajar con actividades grupales en donde se afiance la autoestima y las relaciones personales, fomentando la escucha y el respeto a los demás.

La Empatía ofrece diferentes herramientas que generan cambios en la conducta social, procurando el bien de todos. Por esto, el contexto social implica aprender a convivir y actuar de manera pacífica afrontando los problemas y buscando soluciones. De acuerdo a la empatía, se toma como referencia lo expresado por Goleman (como se cita en Malbos, 2015), quien describe la triada de la empatía, constituida por:

La empatía cognitiva, la empatía emocional y la preocupación empática. En resumen, la primera de ellas se refiere a la capacidad para comprender “como” piensa una persona, cuál es su perspectiva y modo de ver la realidad. La segunda implica la capacidad para captar y comprender los sentimientos del otro, experimentando una sintonía que nos conecta emocionalmente. En tanto que la “preocupación empática” conlleva un interés por el bienestar de esa persona (p. 20).

Por lo anterior, se explica tres tipos de empatía, la cuales implican comprender pensamientos, captar sentimientos y actuar por el bien del otro. En este sentido, es importante que la empatía conlleva a pensar, hablar y sobre todo a actuar de manera que se busque la integridad de las personas.

En conclusión, se pretende fomentar en los estudiantes la capacidad de pensar, sentir y actuar en beneficio de los demás. Además de conocer los sentimientos y emociones de sus pares, con el fin de resolver problemas y trabajar por un bien común.

Tolerancia

Otra de las subcategorías es la tolerancia, la cual se presenta como un valor que genera reacciones comprensivas frente a determinada situación que puede causar incomodidad; de igual manera, se genera la comprensión y aceptación del otro, asimilando que sus conductas y formas de pensar difieren una de otras, volviéndose la tolerancia una actitud indispensable para vivir en sociedad.

De este modo, se afirma que la tolerancia es “la virtud que nos enseña a convivir, respetar y aprender con lo diferente. El acto de tolerar implica el clima de establecer límites y principios que deben ser respetados...La tolerancia requiere respeto, cordialidad, apertura, delicadeza” (Ayala Ramirez, 2016). Es por esto que, a lo largo de la vida y más aún en el contexto educativo, se pretende fomentar conductas de respeto y amabilidad por los demás, ya que, aunque con muchas diferencias físicas o emocionales, los seres humanos tienen igualdad en derechos, deberes y son capaces de sentir, pensar y actuar.

Por consiguiente, se entiende que la escuela juega un papel importante en el desarrollo de la tolerancia, ya que después de la familia, son los educadores quienes forman a los estudiantes como seres empáticos y tolerantes con quienes le rodean.

Por otra parte, Judith Garay (Garay, 2009) explica que, este valor permite que las personas tengan la capacidad de

Controlar y aceptar situaciones molestas, sin la necesidad de desesperarnos o estallar en rabia. Es saber sobrellevar los diferentes puntos de vista, pero sin abusar de lo que crees que está mal. La tolerancia se considera como la actitud pacífica del ser humano, frente a las diferencias con otros individuos con los que convive (p. 91).

En relación a esto, se puede decir que tomar esta actitud conlleva a entablar excelentes relaciones interpersonales fomentando la sana convivencia dentro y fuera del aula de clases.

Para terminar, es importante comprender que la sociedad necesita de personas tolerantes, empáticas, amables, respetuosas, que se entienda que el ser humano es un ser social que puede fomentar la paz, buscando soluciones acertadas frente a los problemas cotidianos, evitando conflictos y generando espacios de aceptación y de búsqueda del bien común.

9. Propuesta de intervención pedagógica

9.1 Título: El Backspin o corte de las emociones negativas para ganar el juego

9.2 Caracterización de Intervención

Este proyecto de investigación, evidencia en primera instancia el problema detectado en el aula y por consiguiente se establece una alternativa de solución, la cual es el tenis de mesa y todas las actividades que este deporte implica. Se realizan también planes de clase articulados con las categorías de competencias personales y sociales; y subcategorías de autoconfianza, autocontrol, empatía y tolerancia.

Ahora bien, para la intervención pedagógica, se realizan actividades primeramente de autoconocimiento de las propias capacidades y de los compañeros, se plantean momentos de creatividad en donde cada estudiante exprese sus emociones por medio de la pintura y sobre todo fortalecer el sentido de pertenencia con sus elementos deportivos. Aquí se trabaja la competencia personal, en donde los estudiantes se reconocen a sí mismo e identifican sus capacidades.

Por consiguiente, se toma la competencia social, en donde las actividades están dirigidas al trabajo en equipo, en donde se realizan entrenamientos, ayudas mutuas y por último campeonatos de tenis de mesa en donde no habrá ganadores ni perdedores, sino equipos que trabajan por un bien común y trabajos que beneficien a todos.

Se busca enfatizar en los trabajos grupales, los cuales permiten generar espacios en donde prime la tolerancia y la empatía, entendiendo que aunque existen capacidades diferentes en cuanto al sistema de comunicación oral, hay similitudes en las capacidades físicas, emocionales e intelectuales.

Las actividades están dirigidas no únicamente a los estudiantes sino a toda la comunidad educativa y especialmente a los padres de familia, quienes son los responsables de la crianza y de fortalecer su inteligencia emocional.

Es así que dentro de la aplicación del tenis de mesa se muestra la formación personal y muchos beneficios físicos, psicológicos y emocionales además de fortalecer capacidades físicas y mejorar la calidad de vida , además de esto los beneficios a nivel comportamental son de igual magnitud dado que es una disciplina deportiva que aumenta los niveles de concentración y

seguridad a la hora de acertar en la devolución de la bola hacia el adversario para obtener un punto, y regular el estado emocional para no caer en el error.

Donde la importancia radica básicamente en la implementación de los componentes que este tiene, con el fin de llegar a cumplir el objetivo que se plantea; esta aplicación va más allá del simple juego, considerando que la mezcla armónica de la concentración, el autocontrol emocional, la autoconfianza, mejoran la seguridad en la conducta de las personas que practican este deporte, por este motivo la implementación del tenis de mesa en el sujeto de estudio es de gran importancia, dado que el uso del tenis de mesa puede contribuir en la educación emocional.

Por consiguiente, se pretende con esta intervención, promover la educación emocional en los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas en la clase de Educación Física, por medio de la ayuda del tenis de mesa, con el fin de llevar a los estudiantes hacia un pensamiento más razonable frente a las circunstancias que la vida les presenta, tanto en el contexto académico, así como también en la sociedad y en lo personal

9.3 Pensamiento pedagógico

Este proyecto se fundamenta en autores los cuales han aportado con experiencias significativas, resaltando la educación emocional y como promoverla en el aula de clase, con la utilización de una la estrategia y algunas actividades que se pueden realizar, teniendo siempre el enfoque de una formación integral que no solo sea parte de un trabajo, sino que sirva para como aprendizaje significativo para los estudiantes.

Uno de los pedagogos que se toma en cuenta es **Lev Vigotsky**, quien propone una teoría sobre el juego, el cual surge como una necesidad de conectarse con los demás, de generar contacto emocional y físico.

Para Vigotsky, hay dos cambios en el ser humano, uno de ellos es el biológico, el cual hace referencia a la reproducción y preservación de la especie. Otro cambio es de tipo sociocultural, que tiene que ver con la manera en que se desenvuelve en el contexto social y como establece sus relaciones interpersonales. Por lo tanto, el juego es una actividad social en donde se generan espacios de cooperación y empatía con otras personas.

Ahora bien, se toma en cuenta la teoría de **Karl Groos**, quien dice que el juego es importante para el desarrollo del pensamiento, es por esto que se puede decir que el juego es una

preparación para la vida adulta al desenvolverse y saber afrontar cualquier situación que se le presente.

Por otra parte, se toma la teoría de **Huizinga**, el autor del libro "Homo Ludens", en el cual expresa que el juego hace referencia a una actividad voluntaria que se experimenta o se realiza con límites y reglas establecidas y que son aceptadas por los participantes del juego, estos participantes aceptan las condiciones dadas esperando una recompensa positiva. Además, genera emociones de tensión y alegría durante la actividad.

9.4 Referente teórico conceptual de la propuesta de intervención pedagógica

Contando con lo expuesto anteriormente acerca del concepto de educación emocional se puede observar la importancia de su aplicación dentro de la clase de educación física, para promover el mejoramiento de la misma, en el contexto personal, permitiendo el fortalecimiento del comportamiento enfocado a su formación integral, pero de igual manera se observa la importancia de la educación emocional en función del sujeto en el sentido de compartir con otras personas. En este sentido es relevante decir que todas las personas deben desenvolverse en relación con otros, en cualquier contexto sea educativo, laboral, familiar, entre otros.

Se define entonces los conceptos básicos de la estrategia metodológica, el cual es tenis de mesa, del cual se dice que “El tenis de mesa o ping-pong es un deporte de raqueta, en el que dos o cuatro jugadores golpean la pelota de un lado a otro de la mesa, donde la pelota tiene que pasar por encima de la red y el jugador contrario no la pueda devolver” (Hernández, 2009).

Este concepto, define el tenis de mesa como un juego individual o dobles, entonces se entiende que es posible manejar las competencias personales en un juego en solitario, y también se trabajan las competencias sociales en las partidas dobles.

A continuación, se explica la regla del juego individual, en donde Sánchez (2012), explica que:

Cada jugador o pareja sacará dos veces, pasando a continuación el saque al jugador o pareja contraria. En el caso de que la pelota, tras realizar un saque correcto, dé en el campo del jugador que saca, golpee en la red o sus soportes y entre en el campo contrario, se tendrá que repetir el saque tantas veces como sea necesario. Si cualquiera de los dos jugadores toca la mesa con cualquier parte de su cuerpo excepto la raqueta, será punto para el contrario. (p. 73)

Es entendible que, en el juego individual se presentan más situaciones de frustración ante el juego perdido, pero es un momento crucial para fortalecer el autocontrol y la autoconfianza de sus capacidades físicas.

Por consiguiente, se explica el juego doble en donde “los jugadores de la pareja tendrán que golpear alternativamente a la pelota. En dobles el saque se realizará cruzado siempre desde el lado derecho del jugador que saca hacia el lado derecho del jugador del equipo contrario incluyéndose el rebote en la línea central como válido” (Sanchez, 2012, p. 73).

Por último, es importante mencionar la clasificación que hace Parlebás del deporte (Parlebás, 1988, p. 80), en donde expone un cuadro en donde se discriminan los deportes que implican la incertidumbre o no en el compañero (C), en el adversario (A) o en el medio (I).

Tabla 2

Clasificación del deporte

Categoría	Ejemplo
1ª <u>C A I</u>	Atletismo, natación, gimnasia artística deportiva, etc.
2ª <u>C A I</u>	Esquí alpino, escalada, contrarreloj individual en ciclismo, etc.
3ª <u>C A I</u>	Patinaje parejas, gimnasia rítmica por equipos, etc.
4ª <u>C A I</u>	Alpinismo, contrarreloj por equipos, etc.
5ª <u>C A I</u>	Luchas, Tenis de mesa (individual), etc.

Fuente: Tomado de Parlebás (1988, p. 80).

Se puede observar, que el tenis de mesa ocupa el quinto lugar, ya que el jugador pone toda su confianza en sus propias capacidades y en su compañero, buscando la victoria individual y del equipo. Por este motivo, es importante trabajar las competencias personales e individuales para lograr éxito grupal.

También es importante entender que se puede promover la educación emocional con diferentes estrategias, en este caso se desea tratar desde la práctica del tenis de mesa, deporte que mezcla de forma armónica tanto la parte física como la parte mental de quien lo practica, permitiendo favorecer a la calidad de vida personal como también en el aporte provechoso en el medio relacional socioafectivo. Sania Sánchez (Sánchez, 2010) afirma que:

El deporte es un contenido que, con el enfoque adecuado, contribuye a la formación de los alumnos/as, tanto en Primaria como en Secundaria: ayuda a desarrollar valores positivos y actitudes adecuadas, fomenta el trabajo de las cualidades afectivo-emocionales, físicas, cognitivas y sociales, así como colabora en la adquisición de hábitos higiénicos y saludables relacionados con la práctica deportiva general.

El tenis de mesa como deporte y alternativa de formación provee herramientas que aportan al desarrollo de valores que construyen bases fuertes emocionalmente hablando ya que dentro de este deporte se incluyen pruebas que mejoran la elasticidad, el equilibrio, la fuerza y muchas otras capacidades físicas que como lo mencionan muchos autores, estas capacidades reflejan muchas veces, lo que la persona es, cuan seguras son en la toma de decisiones. El jugador debe manejar toda esa presión y actuar de la mejor manera a esa situación es por eso que la importancia de la empatía, entender la condición emocional del otro, se suma dado que no solo debe estar pendiente de controlar sus emociones, sino que debe estar pendiente de la expresión corporal del adversario. Así lo expresa Gustavo Sánchez (2012)

Entre algunos de los múltiples beneficios que trae consigo la práctica del Tenis de mesa, divididas en cuatro grandes áreas, algunas de ellas se encuentran:... Incrementa el desarrollo de la autoimagen y el esquema corporal, Fortalece la tolerancia a la actividad, al tiempo y la espera (respeto del turno), Fortalece el autocontrol, Estimula el aprendizaje de la tolerancia a la frustración, Facilita el aprendizaje de las habilidades sociales: (empatía, prudencia, solidaridad, respeto, solidaridad, cooperación, colaboración) etc. (p.80).

Referente a lo expuesto por este autor, se puede decir que la inteligencia emocional determina la parte de acción de la persona, ya que por medio de ella siempre tendrá las capacidades para encontrarle solución a los problemas, pero también hay que aclarar que esto solo será posible si la persona comprende, entiende y controla en dichas situaciones que le toque expresar sus emociones.

9.5 Plan de actividades y procedimientos

9.5.1 Proceso metodológico.

Para desarrollar el proceso metodológico, se realizan tres fases que se llevan a cabo durante la práctica, resaltando el tenis de mesa como alternativa de solución al problema detectado, permitiendo en los estudiantes una adecuada interacción social, fortaleciendo competencias personales y sociales, fortaleciendo el autocontrol y autoconfianza y desarrollando la empatía y tolerancia

Primera fase. Nos parecemos en que somos diferentes (observación y planificación)

En esta fase como investigador desde la observación de la realidad educativa, identificó indicios que dieron cuenta del problema investigativo, una vez establecido el problema y su respectiva evolución desde el abordaje didáctico, se planificó un conjunto de acciones pedagógicas, conducentes a la solución del problema.

Cabe señalar, que, en esta fase, se involucra al grupo sujeto de estudio, para conocer el contexto que les rodea, sus diferencias y semejanzas como seres humanos, permitiendo un acercamiento entre todos.

Segunda fase. Un equipo unido llegará (acción)

Una vez planificada la propuesta pedagógica el investigador ejecutó el plan diseñado, y lo retroalimentaron con la participación activa de los sujetos estudiados, simultáneamente aplicó las técnicas e instrumentos de recolección de información en áreas de garantizar insumos para la reflexión.

Así pues, en esta fase, se hizo acercamiento con los otros, tanto físico como emocional, con el fin de establecer metas grupales y lograrlas, fortaleciendo las relaciones interpersonales y el trabajo grupal.

Tercera fase. Cambio de dirección (reflexión)

En coherencia con el método de investigación acción, ésta fase es la más importante del proceso investigativo, en ella como investigador se analizó el impacto de la estrategia de intervención sobre la Educación Emocional, interpretando de manera permanente la construcción

de conocimientos desde la acción, así como la retroalimentación permanente de todo el proceso investigativo.

En esta fase final, se realizan actividades con el fin de reconocerse como un grupo que tiene diferencias pero que reorienta sus acciones.

9.5.2 Proceso didáctico.

El proceso didáctico se divide en tres momentos importantes a la hora de realizar los planes de clase, permitiendo un orden lógico, logrando resultados esperados. La didáctica se encarga de buscar métodos y técnicas innovadores con el fin de logra una meta o que el aprendizaje social sea significativo. Este proceso se divide en:

¿Qué tan parecidos somos?

Durante este momento, se motiva a los estudiantes a conocerse a sí mismo y a sus compañeros, demostrando que, aunque se tengan capacidades diferentes se puede trabajar en equipo y generar una sana convivencia. Además, se inicia la clase con actividades que fomenten alegría y amistad.

Lo importante no es ganar sino divertirnos

La diversión es la base de todo aprendizaje es por esto que en este segundo momento se busca que durante los juegos de tenis de mesa controlen aquellas emociones de frustración por perder, y comprendan que para lograr ganar se debe tener disciplina, pero sobre todo aprender a canalizar el enojo y divertirse.

Todos ganamos, todos somos amigos

Por último, se pretende realizar una reflexión final de las actividades realizadas y en cómo se sintió cada estudiante, procurando mejorar reacciones negativas ante la frustración de perder un juego. En este momento se realiza una coevaluación cualitativa del comportamiento de cada persona y cómo se puede mejorar.

9.5.3 Plan de actividades

Figura 2

Plan de actividades1

UNIVERSIDAD CESMAG FACULTAD DE EDUCACIÓN PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE		
NOMBRE ESTUDIANTES–MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlehemites.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra.	TELEFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica. DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: La autoconfianza es el convencimiento íntimo de que uno es capaz de realizar con éxito una determinada tarea o misión, o bien elegir la mejor alternativa cuando se presenta un problema, es decir tomar la mejor decisión.	PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto. MATERIALES: tizas, bolas, raquetas, mesa, talento humano,	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: componente personal	TIPO DE CLASE: Introdutoria teórico-practica	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: autoconfianza	GRADO:	SESIÓN No. 5
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA
DESARROLLO MOTOR: Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.	CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.

DESARROLLO MOTOR: .Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.		CUIDADO DE SÍ: .Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, <u>agitación</u> , alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	LA PESCA Con la ayuda de una cuerda se designara a tres estudiantes quienes las usaran para atrapar a sus compañeros	Asignación de tareas	
F.C	60 min	Actividad 1: con buena posición serás un campeón!!!! Utilizar sus inicios en el agarre elegido de cada estudiante para comenzar a fortalecer su actitud en esta estrategia, teniendo una mejor postura, se colocan sillas al revés alrededor formando un círculo y se sentaran de manera que cada todos se vean de frente en la orden se levantaran e irán a la dirección que se diga Actividad 2: mar de aros Después de disponer el espacio se colocaran aros en todo el suelo de manera que los estudiantes tengan que colocar un pie en cada aro, se dispone de algunos estudiantes quienes tendrán que atrapar a los estudiantes que no estén dentro de los aros. En la segunda parte, se inicia el trabajo en la mesa por equipos y se colocara en el otro extremo un aro por el cual tendrán que pasar las bolas aumentando su confianza en cada intento.		
			MDM	

F.F	20 min	Actividad cierre: En un papel cada estudiante escribirá la importancia de la autoconfianza y como este concepto ayudo en las actividades realizadas. Indicaciones para el próximo encuentro	Descubrimiento guiado	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL		PROCEDIMENTAL		ACTITUDINAL
Conoce las generalidades de la historia del atletismo y sus distintos cambios a través del tiempo.		Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.		Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE: 				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR -TUTOR

Figura 3

Plan de actividades 2

UNIVERSIDAD CESMAG FACULTAD DE EDUCACIÓN PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE		
NOMBRE ESTUDIANTES – MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlemitas.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra.	TELÉFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica. DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: La autoconfianza es el convencimiento íntimo de que uno es capaz de realizar con éxito una determinada tarea o misión, o bien elegir la mejor alternativa cuando se presenta un problema, es decir tomar la mejor decisión.	PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto. MATERIALES: tizas, bolas, raquetas, mesa, talento humano,	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: componente personal	TIPO DE CLASE: Introdutoria teórico-practica	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: autoconfianza	GRADO:	SESIÓN No. 5
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA
DESARROLLO MOTOR: Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.	CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.

F.F	15 min	Actividad cierre: Se les preguntara a los estudiantes sobre qué fue lo más significativo para ellos en la <u>primer sesión</u> . Reflexión final Fin de la sesión.	Descubrimiento guiado	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL		PROCEDIMENTAL		ACTITUDINAL
Comprende de qué manera incide la autoconfianza en las actividades propuestas		Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.		Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR -TUTOR

Figura 4

Plan de actividades 3

FORMATO PLAN DE CLASE		
NOMBRE ESTUDIANTES – MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlemitas	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra.	TELÉFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
<p>SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica.</p> <p>DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Inicio y transcurso desde las distintas épocas de un deporte que se lo ha llamado el deporte base por su complejidad y por ser uno de los deportes más completos.</p>	<p>PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto.</p> <p>MATERIALES: Conos, bolas de tenis de mesa, raquetas, talento humano</p>	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: competencia personal	TIPO DE CLASE: Desarrollo	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN A APLICARSE: Árbol de problemas	FASE DEL PROCESO METODOLÓGICO: ✓ Reflexión.	CRITERIOS DE OBSERVACIÓN: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se observa convencimiento en la capacidad de realizar con éxito una determinada tarea ✓ actuar con independencia del juicio de los demás. ✓ expresa sus puntos de vista y opiniones ✓ busca aprobación de los demás
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: Autocontrol	GRADO: Aula integrada	SESIÓN No. 1
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA

DESARROLLO MOTOR: Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.		CUIDADO DE SÍ: Combino diferentes movimientos Técnicos en la realización de prácticas deportivas. .	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	Llamado a lista Antes de iniciar la clase se hace una lectura acerca de la autoconfianza, con el fin de que el estudiante tenga bases y soporte frente a las diversas actividades	Mando directo	
F.C		Actividad 1: Se hacen grupos de igual cantidad, se colocan conos delante de cada grupo en forma de obstáculos, se coloca una pelota en el suelo y tendrán que soplarla hasta finalizar los conos y la colocaran en una canasta. Regresaran y saldrá el siguiente, así cada uno hasta completar un número determinado de bolas.		
	60 min	Actividad 2 Cada grupo tendrá un número determinado de bolas, se colocan varios obstáculos en el espacio que se desarrollara la actividad. Cada estudiante estará unido a los demás y tendrán que evitar los obstáculos hasta completarlos. en cada estación tomaran una frase completando una de las razones del porque es importante el autocontrol.	Asignación De Tareas	

F.F	20 min	Actividad cierre: Yo creo: a cada estudiante se le asigna un tema de socialización que lo realizara en 5 minutos, posteriormente realizamos un conversatorio con preguntas y respuestas acerca de los temas tratados por cada uno de los estudiantes, al finalizar cada uno dará su conclusión sobre las temáticas y metodología desarrollada en clase. Fin de la sesión.	ASIGNACIÓN DE TAREAS	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL		PROCEDIMENTAL		ACTITUDINAL
Comprende de qué manera incide la autocontrol en las actividades propuestas.		Ejecuta cada una de las actividades teniendo en cuenta los beneficios de confiar en sus capacidades		Se tendrá en cuenta la autoconfianza consigo mismo y en relación con los demás, al intercambio de ideas, comunicación y desarrollo en la ejecución de la acción
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR –TUTO

Figura 5

Plan de actividades 4

	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlemitas.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra	TELEFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: Se le da a cada alumno un trozo de papel para que escriban su nombre en él. Se colocan en círculo, lo arrugan y lo lanzan todos a la vez al centro simulando una nevada. Una vez mezclados en el suelo, cada uno recoge un papel, lee el nombre y va a saludar a ese amigo DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN:	PROYECTO DE ESCUCHA: Se MATERIALES: bolas, raquetas, video beem, canastas, talento humano	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: competencia personal	TIPO DE CLASE: practica	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: Autocontrol	GRADO: Aula integrada	SESIÓN No. 2
TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN A APLICARSE: Árbol de problemas	FASE DEL PROCESO METODOLÓGICO: ✓ Reflexión.	CRITERIOS DE OBSERVACION: ✓ Se observa convencimiento en la capacidad de realizar con éxito una determinada tarea ✓ actuar con independencia del juicio de los demás. ✓ expresa sus puntos de vista y opiniones ✓ busca aprobación de los demás
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA

DESARROLLO MOTOR: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.		CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación Personal.	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	Video la importancia del autocontrol, con el fin de que los estudiantes puedan realizar las actividades de esta sesión	Mando directo	
F.C		Actividad 1: Armando equipos de igual número de participantes unidos de los codos, con una mano tendrán la raqueta y todos tendrán una bola, sin hacerla rebotar en la raqueta, todos caminaran controlando su propio cuerpo al experimentar la actividad.		
	60 min	Actividad 2: Se ubican los grupos mirándose frente a frente, sin hacer que la bola rebote comenzaran a entregársela a su compañero, en la segunda fase se intentara colocar las bolas en una canasta, este trabajo es para todo el curso, cada estudiante controlara los impulsos de su cuerpo y maneja la presión que esta actividad exige.	<u>Microenseñanza</u>	

F.F	20 min	Actividad cierre: Se les preguntara a los estudiantes sobre qué fue lo más significativo para ellos en la sesión. Reflexión final Fin de la sesión.	Descubrimiento guiado	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL		PROCEDIMENTAL		ACTITUDINAL
Comprende de qué manera incide la autocontrol en las actividades propuestas		Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.		Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				
OBSERVACIONES: _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR -TUTOR

Figura 6

Plan de actividades 5

NOMBRE ESTUDIANTES–MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlemitas.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra.	TELEFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica.	PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto.	
DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Es la capacidad humana de conectarnos emocionalmente con los demás, pudiendo percibir, reconocer, compartir y comprender el sufrimiento, la felicidad o las emociones de otro. Es decir, se trata de una reacción inmediata e inconsciente, que no pasa por la razón y el intelecto, y que nos lleva a participar afectivamente en la situación de otro ser humano.	MATERIALES: Medios audiovisuales, video beam, recortes de papel, espacio físico talento humano,	
CONTEXUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
TECNICAS DE RECOLECCION DE INFORMACIÓN A APLICARSE: Arbol de problemas	FASE DEL PROCESO METODOLÓGICO: ✓ Reflexión.	CRITERIOS DE OBSERVACION: ✓ Se observa convencimiento en la capacidad de realizar con éxito una determinada tarea ✓ actuar con independencia del juicio de los demás. ✓ expresa sus puntos de vista y opiniones ✓ busca aprobación de los demás
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: componente social	TIPO DE CLASE: practica	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: Empatía	GRADO:	SESIÓN No. 8
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		

COMPETENCIA MOTRIZ		COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA	
DESARROLLO MOTOR: Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.		CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	LENGUAJES CORPORALES: Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	POLICÍAS Y LADRONES Se divide el grupo en pequeños grupos y se elige un policía y un <u>ladron</u> que intentara alcanzar	Asignacion de tareas	
F.C		Actividad 1: Para comenzar en esta actividad se escogerán en parejas y tendrán una cuerda larga, con una mano tendrán un extremo de la cuerda y con la otra abrazaran a su compañero, sin soltarse deberán entenderse para que logren llegar al límite que se les señalará. Después serán grupos de tres y cuatro hasta unir a todo el grupo. Actividad 2: El espejo Después de la actividad con la cuerda, se unirán en grupos de 4 estudiantes y se amarraran un pie con su compañero y comenzaran a jugar en la mesa contra otro equipo, todos deberán hacer los mismos movimientos para acertar en la devolución, además de entender y apoyar a sus compañeros con menos capacidad		
	60 min		MDM	

F.F	15 min	Actividad cierre: Sin desatarse los pies van a ir hacia el salón con calma, después de la llegada cada uno dirá como se sintió estar con el otro y entender al otro Expresar lo que la empatía aporta al control de la educación emocional en las relaciones sociales y personales	Descubrimiento guiado	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL		ACTITUDINAL	
Comprende de qué manera incide la empatía en las actividades propuestas	Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.		Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.	
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR -TUTOR

Figura 7

Plan de actividades 6

NOMBRE ESTUDIANTES – MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlemitas.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra	TELEFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
<p>SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica.</p> <p>DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Es la capacidad humana de conectarnos emocionalmente con los demás, pudiendo percibir, reconocer, compartir y comprender el sufrimiento, la felicidad o las emociones de otro. Es decir, se trata de una reacción inmediata e intelecto, y que nos lleva a participar afectivamente en la situación de otro ser humano.</p>	<p>PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto.</p> <p>MATERIALES: <u>mesa</u>, bolas, raquetas, talento humano.</p>	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
TECNICAS DE RECOLECCION DE INFORMACIÓN A APLICARSE: <u>Arbol</u> de problemas	FASE DEL PROCESO METODOLÓGICO: ✓ Reflexión.	CRITERIOS DE OBSERVACION: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se observa convencimiento en la capacidad de realizar con éxito una determinada tarea ✓ actuar con independencia del juicio de los demás. ✓ expresa sus puntos de vista y opiniones ✓ busca aprobación de los demás
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: competencia social	TIPO DE CLASE: practica	FECHA:
		HORA: : jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: empatía	GRADO: aula integrada	SESIÓN No. 10
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		

COMPETENCIA MOTRIZ		COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA	
DESARROLLO MOTOR: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.		CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	LENGUAJES CORPORALES: Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	Cancionero. En grupo de tres o cuatro tendrán una canción y cada vez que mencionen una letra que elijan tendrán que sentarse o saltar o lo que disponga el grupo	Trabajo por grupos	
F.C	1h 20 min	Actividad 1: ENREDADOS En parejas, se atarán por medio de palos de tal manera que uno queda de frente a y el otro atrás ya que están atados el estudiante que esta atrás deberá imitar todos los movimientos que el estudiante de adelante considere correctos Actividad 2: Se realizaran mascararas con diferentes tipos de sentimientos para enfrenar a un oponente puestos las mascararas, para que así se pueda experimentar como es jugar tratando de emitir la emoción que sienta cada uno		Descubrimiento guiado

F.F	15 min	Actividad cierre: Explicación de entender cuán importante es la empatía, el conocimiento de las expresiones e interacción emocional en el deporte y la importancia que esta brinda a la vida. Colocaran una emoción que marco la clase y la guardaran en cualquier lugar en el espacio, cada uno después irá en busca de una emoción.	Asignación de tareas	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
Comprende de qué manera incide la empatía en las actividades propuestas	Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.	Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.		
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

FIRMA ASESOR -TUTOR

Figura 8

Plan de actividades 7

**PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
FORMATO PLAN DE CLASE**

NOMBRE ESTUDIANTES – MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlehemitas.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra	TELEFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
<p>SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica.</p> <p>DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Inicio y transcurso desde las distintas épocas de un deporte que se lo ha llamado el deporte base por su complejidad y por ser uno de los deportes más completos.</p>		<p>PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto.</p> <p>MATERIALES: mesa, raquetas, bolas, talento humano.</p>
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: componente social	TIPO DE CLASE: Introdutoria teórico-practica	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: tolerancia	GRADO: aula integrada	SESIÓN No. 14
TECNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN A APLICARSE: <u>Arbol</u> de problemas	FASE DEL PROCESO METODOLÓGICO: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Reflexión. ✓ Acción 	CRITERIOS DE OBSERVACION: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se observa convencimiento en la capacidad de realizar con éxito una determinada tarea ✓ actuar con independencia del juicio de los demás. ✓ expresa sus puntos de vista y opiniones ✓ busca aprobación de los demás
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA

DESARROLLO MOTOR: Conoce las generalidades de la historia del atletismo y sus distintos cambios a través del tiempo		CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	LENGUAJES CORPORALES: Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	Todos los alumnos sentados y formando un gran círculo. El alumno que tiene la pelota inicia el juego diciendo el nombre del compañero al que se la va a pasar. Instantes después, se la pasa rodando. El que la recibe, rápidamente dice otro nombre para pasarla de nuevo.	Trabajo por grupos	
F.C	60 min	<p>Actividad 1: Hacer grupos de 5 estudiantes, uno de ellos será el entrenador, dos serán los que recogen las bolas y tendrán un pito, y de los últimos dos uno le lanzara bolas y el otro responderá. Los dos que tienen los pitos estarán haciéndolos sonar constantemente tratando de opacar los consejos del entrenador, se <u>vera</u> que nivel de tolerancia tiene cada uno de los que pasen a golpear la bola.</p> <p>Actividad 2 : Respetando la opinión de los demás se <u>dara</u> a cada grupo una tarea por ejemplo, como se devuelve la bola en efecto de corte, o spin etc. Al final se socializara la respuesta para todos</p>		Descubrimiento guiado

F.F	20 min	Actividad cierre: Cada uno de los estudiantes <u>dira</u> una frase en la que exprese la importancia de la tolerancia dentro del juego del tenis de mesa	Asignación de tareas 	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
Comprende de qué manera incide la tolerancia en las actividades propuestas	Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.	Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.		
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE: 				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR -TUTOR

Figura 9

Plan de actividades 8

UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
FORMATO PLAN DE CLASE

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS: Cristian Alejandro Delgado Urbano		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Institución educativa municipal San José Bethlemitas.	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CI 8 S 25 C 55 Tamasagra	TELÉFONO:
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: El estudiante mencionara su nombre y con la inicial del mismo dirá una cualidad que lo identifica. DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Inicio y transcurso desde las distintas épocas de un deporte que se lo ha llamado el deporte base por su complejidad y por ser uno de los deportes más completos.	PROYECTO DE ESCUCHA: Se aplicara el valor del respeto. MATERIALES: mesa, raquetas, bolas, talento humano.	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: componente social	TIPO DE CLASE: Introdutoria teórico-práctica	FECHA:
		HORA: jueves 11:00am-1:00pm
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: tolerancia	GRADO: aula integrada	SESIÓN No. 14
TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN A APLICARSE: <u>Árbol</u> de problemas	FASE DEL PROCESO METODOLÓGICO: ✓ Reflexión. ✓ Acción	CRITERIOS DE OBSERVACION: ✓ Se observa convencimiento en la capacidad de realizar con éxito una determinada tarea ✓ actuar con independencia del juicio de los demás. ✓ expresa sus puntos de vista y opiniones ✓ busca aprobación de los demás
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA

DESARROLLO MOTOR: Conoce las generalidades de la historia del atletismo y sus distintos cambios a través del tiempo	CUIDADO DE SÍ: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	LENGUAJES CORPORALES: Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física		
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	15 min	Todos los alumnos sentados y formando un gran círculo. El alumno que tiene la pelota inicia el juego diciendo el nombre del compañero al que se la va a pasar. Instantes después, se la pasa rodando. El que la recibe, rápidamente dice otro nombre para pasarla de nuevo.	Trabajo por grupos	
F.C		Actividad 1: Hacer grupos de 5 estudiantes, uno de ellos será el entrenador, dos serán los		
F.C	60 min	Actividad 1: Hacer grupos de 5 estudiantes, uno de ellos será el entrenador, dos serán los que recogen las bolas y tendrán un pito, y de los últimos dos uno le lanzara bolas y el otro responderá. Los dos que tienen los pitos estarán haciéndolos sonar constantemente tratando de opacar los consejos del entrenador, se <u>vera</u> que nivel de tolerancia tiene cada uno de los que pasen a golpear la bola. Actividad 2 : Respetando la opinión de los demás se <u>dara</u> a cada grupo una tarea por ejemplo, como se devuelve la bola en efecto de corte, o spin etc. Al final se socializara la respuesta para todos	Descubrimiento guiado	

F.F	15 min	Actividad cierre: Se socializara la importancia de escuchar a los demás para formar un conocimiento.	Asignación de tareas	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL		PROCEDIMENTAL		ACTITUDINAL
Comprende de qué manera incide la tolerancia en las actividades propuestas		Ejecuta con éxito las actividades prácticas propuestas por su maestro y compañeros.		Muestra una actitud positiva frente a las actividades y las realiza con entusiasmo.
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				
OBSERVACIONES: _____ _____ _____ _____				

 FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

 FIRMA ASESOR -TUTOR

9.5.4 Evaluación

La evaluación es un proceso importante que permite reconocer las capacidades y debilidades de los estudiantes; también se observa la eficacia de los métodos y herramientas utilizados por parte del educador y rectificando que los objetivos planteados se estén cumpliendo y los logros sean alcanzados. Además, a nivel social, se busca que haya un cambio notorio en las actitudes que entorpecían la sana convivencia.

Durante la realización de este estudio, la evaluación es constante y procedimental, centrándose en el proceso y no en los resultados, siendo una evaluación cualitativa, la cual tiene como prioridad las necesidades, expresiones, sentimientos y emociones de los estudiantes, conociendo las capacidades y trabajando en las debilidades tanto personales como grupales.

La evaluación es continua, promocionando la educación emocional, primeramente, se tiene en cuenta el ser, donde se demuestran actitudes que fomenten la empatía y la tolerancia al trabajar en equipo. Por otra parte, se evalúa el saber, donde el estudiante aprende a relacionarse y de entablar amistades, comprendiendo que es responsable de sus propias acciones. El saber está ligado al hacer, en el cual se observan acciones en pro de la integridad personal pero aún más de la integridad de los demás, demostrando que todos merecen respeto, comportándose de una manera en que haya un equilibrio entre lo que siente, piensa, habla y actúa.

9.5.5 Recursos

Talento humano

El proceso de investigación dentro la institución donde se realiza la práctica pedagógica cuenta con el apoyo de los docentes, tutores y traductores de lengua de señas, de igual manera el docente de seminario de investigación, y la comunidad educativa, se destaca la buena disposición de estudiantes, docentes y padres de familia.

Como sujeto de estudio existe el curso integrado, en donde hay 2 niñas y 3 niños sordos profundos del grado 5, también hay 1 niña y 2 niños sordos profundos y dos hipoacúsicos del grado 9, acompañados de 4 niños y 5 niñas oyentes. 20 niños entre los 5 y 6 años de edad.

Recursos físicos

En este tipo de recursos es importante destacar que se cuenta con una infraestructura adecuada para realizar actividades al aire libre. Se cuenta con un salón de clases, una cancha de futbol, una cancha de microfútbol y mesas aptas para la práctica del tenis de mesa.

Recursos audiovisuales

Para realizar diferentes actividades se hizo uso de los elementos tecnológicos como los sonidos y la cámara fotográfica que permite registrar la realización de las actividades.

Recursos bibliográficos

La fundamentación teórica que se realizó se hace por medio de consultas, en libros de pedagogía, revistas educativas, revistas electrónicas, etc. Se hace uso entonces de libros de bibliotecas como Remigio Fiore Fortezza de la Universidad CESMAG.

Recursos financieros

Se cuenta con los recursos económicos que serán solventados por el investigador.

10. Análisis e interpretación de resultados

El presente estudio se realizó dentro del paradigma cualitativo, porque tiene como sujeto de estudio a seres humanos con una problemática específica desarrollada en su entorno con la visión de transformar esa realidad y mejorarla. Además, trata de comprender un fenómeno como es el comportamiento de la población sorda y oyente, interactuando entre ellos y buscando mantener un equilibrio en convenio con la premisa del aprendizaje para todos, entender sus vivencias, puntos de vista, sentimientos y emociones, en pocas palabras su cultura.

Este paradigma cualitativo, en función del sujeto de estudio y el tema de investigación enfocando los sentimientos, sus facetas emocionales que no pueden ser estandarizadas. Por este motivo, su aporte dentro de las ciencias sociales y educativas, es muy importante que el grupo sujeto de estudio sienta que el investigador era parte del grupo, y pudiera entrar a su círculo con la intención de transformar el entorno negativo a través de estrategias metodológicas específicas que realmente causen impacto. Por lo tanto es significativo aclarar que este paradigma en conjunción con el enfoque crítico social, contribuye una reflexión crítica en cuanto a las vivencias de la población sorda y oyente, conociendo a profundidad su realidad, y comprendiendo cómo influye el entorno social en el fortalecimiento de su educación emocional, en esto se arraiga este enfoque, a que el investigador sea actor inmerso en el grupo sujeto de estudio y logre un cambio con un plan de acción determinado con anterioridad.

En pertinencia con la investigación es determinante señalar que para esta investigación se implementa el método investigación acción, para el cual, John Elliott afirma que “los valores educativos dentro de la investigación acción deben realizarse en los procesos de enseñanza – aprendizaje que tiene lugar en el aula y no a través de los mismos para la consecución rápida y eficaz de unos objetivos preestablecidos” (Elliott, 2005, p. 14).

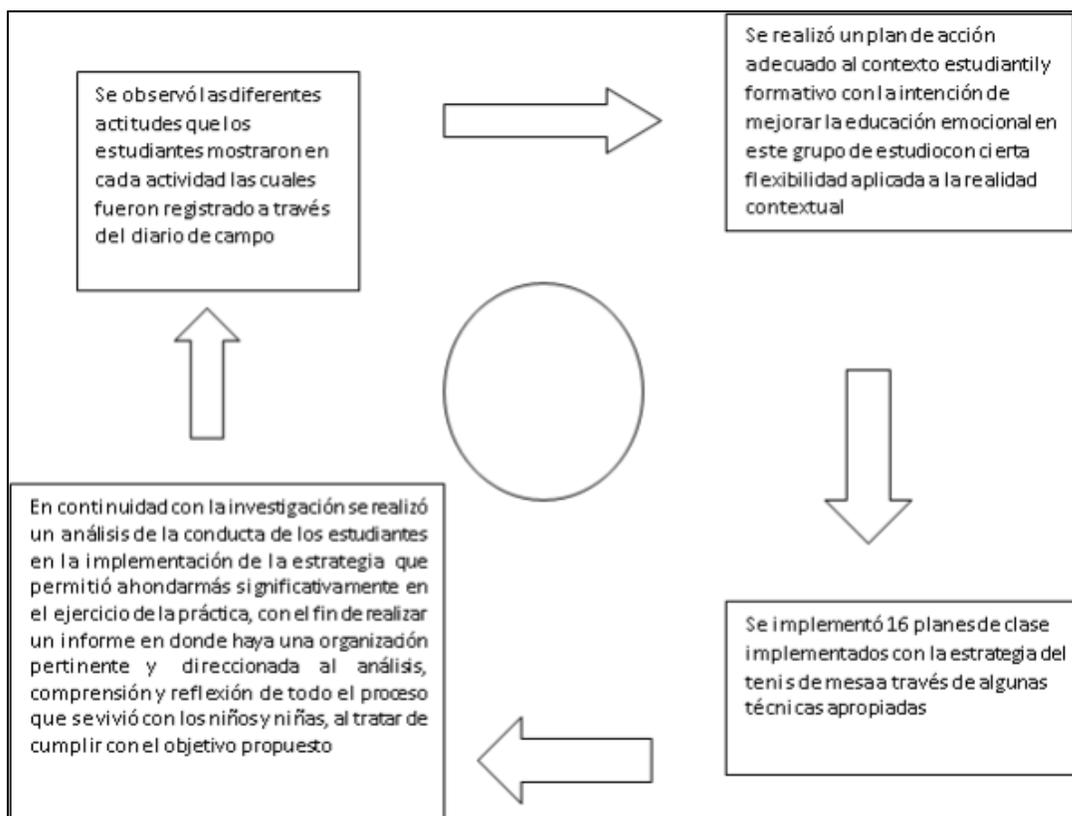
En este sentido, es posible afirmar que este método genera una práctica social que da lugar a la reflexión crítica del actuar humano en sus diferentes contextos, y solo es posible cuando se conoce la realidad del estudiante y se recrean espacios de aprendizaje social, en donde es capaz de desenvolverse libremente y así buscar una solución a sus interrogantes, es muy importante hacer entender que la labor del investigador no solo lo beneficia a él, sino que es de beneficio para ese grupo. Este arduo trabajo posibilitó mejores resultados en todas las expresiones de los estudiantes.

Continuando con este trabajo es muy importante enfocar la presente investigación, por lo tanto, es pertinente mencionar los procesos que se tuvieron en cuenta. En primera instancia se realizó la caracterización en donde a través de la intervención pedagógica se determinaron rasgos específicos en la falta de educación emocional, en sus competencias personales y sociales, que con la ayuda de fotos y videos se dispuso a la búsqueda del plan de acción que optimice una de las problemáticas que se desenvuelven en el entorno escolar. Esta, es la necesidad de fortalecer la educación emocional, problemática observada en la realidad, la cual desencadena problemas de toda índole a nivel personal y social dada su expresión en cualquier contexto.

Posteriormente, se planeó, dieciséis talleres enfocados en las diferentes subcategorías que componen el fortalecimiento de la educación emocional, enfocado en la mejora de los estudiantes y su construcción de ambientes educativos mejorados en relaciones con sus compañeros y docentes de todas las áreas del saber.

Figura 10

Procedimiento investigativo



Fuente: Autoría propia

Después de la planificación, los talleres y actividades, se dio paso a la aplicación de los mismos con el grupo sujeto de estudio, buscando por medio del árbol de problemas corroborar de manera más objetiva la problemática encontrada en torno a la educación emocional, a través de la evidencia real que arroja el grupo y que apoyen a la aplicación de los talleres.

Para el primer objetivo específico, y una vez establecida la recolección de la información se dio paso a codificar cada observación registrada en el diario de campo para poder regular el análisis y enfocarse en responder lo concerniente a la educación emocional, cabe destacar que la técnica de recolección de información que se utilizó para el primer objetivo fue el árbol de problemas el cual pretendía a través de diagramas, desglosar el desarrollo de las situaciones vividas.

Para el segundo objetivo se utilizó la técnica de observación participante, la cual fue de mucha importancia, ya que dejó en descubierto los datos expresados en acciones, en palabras y en conductas, que articularon y fortalecieron con datos reales. El proceso arduo, confirmó el avance de los estudiantes en referencia al tema del fortalecimiento de la educación emocional.

Este proceso dio como resultado las categorías emergentes que surgieron a partir del desarrollo de las actividades y que dieron paso a un conocimiento mucho más amplio en la investigación, que no solo se impactó en un sólo tema, sino que a través de la educación emocional se puede intervenir en otras facetas de la vida de los estudiantes como en sus relaciones familiares e incluso para obtener mejoras en los procesos de consecución de amistades.

Continuando con el proceso investigativo se dio paso a la organización de los datos que se organizaron en la matriz dentro de la cual se estableció categorías de primer, segundo y tercer nivel con lo que se pudo deducir y jerarquizar la información que se dispuso en esta investigación; en primer lugar se realizó el vaciado de información de la matriz, codificado y establecido por cada categoría que haya estado siendo realizada en el momento, esto indica el orden en el que cada una de las categorías se desarrolló con sus respectivos planes de clase. Una vez establecidos los datos de la matriz, se dio paso a la reducción de la información arrojada de acuerdo a la realidad, esto comprendió la clasificación de los datos de acuerdo al orden categorial organizadas conforme a la regularidad, con la cual los sucesos aparecían en las prácticas de aplicación de las actividades.

En continuidad con el tercer nivel, a través de numerosas preguntas planeadas con anterioridad con el propósito de contestar los objetivos específicos en aras de mejorar la educación emocional, se continua conjuntamente con lo anterior al rastreo de la información en donde se

indagaron teorías las cuales con sus resultados permiten el planteamiento de discusión confrontación y argumentación de cada uno de los descubrimientos que están plasmados e indicados en el primer nivel, teniendo esto presente se detalló con los elementos para el sostenimiento y defensa de los objetivos planteados.

En vista de que, al inicio de la investigación se observó poca inclusión al momento de conformar grupos y de expresar sus sentimientos, y algunas conductas de discriminación hacia el otro, las cuales no permitían el desarrollo armónico y equilibrado de la clase, en las primeras actividades propuestas dentro de la clases de Educación Física, los alumnos presentaron actitudes individualistas, mucho más en la relación que debería existir en los estudiantes, los cuales no aceptaban las diferencias físicas existentes entre sordos y oyentes, creando relaciones negativas, además ocasionando enemistades entre compañeros, lo que originó una división entre ellos.

Hay que mencionar, además que la corporeidad es el primer medio de comunicación y de la primera relación humana, desde ella se logró el conocimiento propio y el de los demás; en efecto, las conductas negativas de interacción e individualismo reflejado entre los estudiantes fueron demostradas mediante gestos, actitudes y movimientos, con los cuales aislaban a sus compañeros.

Así mismo, se encontró el pensamiento de que las diferencias son negativas, y es importante en ese momento destacar el papel que desempeñó la Educación Física como mediador para la transmisión o la compensación de las desigualdades que pudieron generar los pensamientos negativos de algunas personas a través de la actividad física y en específico, el tenis de mesa que es un deporte que tiene muchas bondades a nivel motor y mental, ya que en otros países incluso es usado para mejorar el estado de personas con Alzheimer. En esta investigación el tenis de mesa se utilizó para fortalecer la educación emocional logrando obtener cambios en la conducta de los estudiantes.

Es importante decir que, el tenis de mesa hace que las personas que lo practican tengan muchas capacidades personales, esto indica que debe ser emocionalmente capacitado en controlar las adversidades internas y externas que intentan hacer perder la calma con el propósito de poder regular sus estados emocionales, es decir, ser asertivos en el propósito del juego.

La educación emocional de los estudiantes del aula integrada, se observan diferentes causas que desencadenan problemas en las relaciones y la regulación positiva de las emociones del grupo, como lo es la falta del autocontrol e irrespetar la labor de los demás compañeros, sin darles

importancia al trabajo, lo que refleja la falta de empatía en ellos, lo que impide el desarrollo emocional y las relaciones interpersonales.

Dentro de las actividades planteadas, los estudiantes del grupo no tienen en cuenta los aportes de todos los compañeros, y al momento en el que se tomaba una decisión, los demás estudiantes se burlaban y rechazaban los aportes que otros daban, se observó que esas conductas complicaban las expresiones gestuales y emocionales de los estudiantes.

En este sentido, se entiende lo expresado por Alan Carr, que afirma que “hay indicios sólidos de que los estados de ánimo positivos amplían el repertorio de pensamiento – acción” (Carr, 2007, p. 37).

Este comentario implementa el pensamiento de que el cuerpo expresa las emociones, en este sentido todas las expresiones físicas de los estudiantes son la exteriorización de su estado emocional en función de lo vivido, bien sea en la clase o en la actividad que se esté desarrollando, o por el contrario también puede ser que en los espacios de educación física los estudiantes encuentren un momento de desfogue y este fue un medio en el cual los estudiantes se sentían en confianza para hacer dicha exteriorización.

Es así como, en la actividad, **el tiro al blanco** en la que los estudiantes debían autocontrolar su respiración y calmar su estado corporal, a la hora de golpear una bola plástica con una raqueta muy pequeña y tratar de introducirlas en un platón fuera de la mesa, ellos golpeaban muy fuerte la bola, y expresaban que era difícil de hacer, cuando uno de ellos lo hizo dijo <<eeee si yo pude todos pueden >>. Esta acción demostró a los demás que, si es posible regular su fuerza y expresarla en movimientos de precisión, esto indicó que lo que un estudiante pudo hacer, motivó a los demás a realizar con más cuidado las actividades modificando su concentración y eficacia.

Por lo tanto, esta muestra fue evidente porque a pesar de observar que si es posible, otros tomaron la decisión de decir malas palabras y no trabajar, esto evidencia que con una actividad sencilla los estudiantes no encontraban una emoción de disfrute sino que al contrario sentían frustración <<yo no puedo jugar a eso>> y también decían <<que feo mejor saquemos un balón de futbol>>, este fue el momento preciso para hablar acerca del beneficio de la práctica deportiva, de cómo el beneficio afecta en la parte física o motora, y también en el fortalecimiento emocional por lo tanto la invitación a intentar disfrutar y dejarse enseñar les permitió un mejor desarrollo de la clase.

Es muy importante resaltar que, no todos los estudiantes se desesperaban, esta expresión se refiere a las palabras que antes dijeron los estudiantes y también a los comportamientos de desinterés, como también a las actitudes de no querer realizar las actividades, cabe resaltar que este comportamiento era de esperarse porque eran las primeras actividades que se realizaron y que era el primer acercamiento hacia la práctica del tenis de mesa, esta es una posible razón por la cual mostraban inestabilidad, pero casualmente otros estudiantes se esforzaban para poder hacerlo y cuando lo lograban ellos demostraban su agrado con altos niveles de disfrute y trataban de ser cada vez más precisos, muestra de que tienen mejor capacidad de concentración y autocontrol, en este sentido lo que ellos estaban logrando era un avance dentro del cual también crecía y se afianzaba su autoconfianza, ellos creían en sus capacidades para realizar las actividades.

En este aspecto, las quejas comunes en del grupo sujeto de estudio, eran de que los niños sordos no median su fuerza, siendo toscos o ásperos a la hora de realizar las actividades en grupo, como lo fue la actividad de **ultimate**, adaptado al golpe de revés en el tenis de mesa, los estudiantes tenían que formar equipos de la misma cantidad de estudiantes, se hicieron dos canchas en donde tenían que colocar un plato para que cuente como punto. En esta cuestión, se realizó preguntas a los intérpretes y docentes de las diferentes áreas, acerca de lo que los estudiantes oyentes decían, y respondieron que ellos se concentran tanto en lo que hacen que no miden el grado de fuerza que ellos invierten en una actividad física o deportes de contacto.

Es importante decir que algunos estudiantes sordos tenían más tiempo en la práctica del tenis de mesa, y esto fue sorpresa para todos los oyentes, porque en clases individuales o practica en mesa, tenían mucho más tacto a la hora de realizar la actividad en forma, esto produjo mejores relaciones entre oyentes y sordos tanto que los oyentes se acercaron mucho a los sordos sin ningún prejuicio.

Una de las actitudes frecuentes observadas fue la falta de autocontrol, la cual, gracias a la comprensión y acercamiento a los estudiantes es posible decir que el desarrollo del autocontrol se logra afrontando y sanando aspectos del pasado del contexto familiar y escolar. Es así como Bizquerra (2011), afirma que “las emociones positivas experimentadas antes de los acontecimientos traumáticos son un ingrediente activo esencial que, además de prevenir frente a la depresión, contribuyen a incrementar los recursos de afrontamiento” (p. 49).

Con base en esta postura, en la realización de las preguntas enfocadas en la técnica del árbol de problemas, la mayoría de los estudiantes decía haber tenido un buen suceso en su hogar que los hacían estar dispuestos a la asistencia a su colegio a recibir las clases, y que en la clase de educación física fueron excelentes, porque siempre querían estar pendientes de lo que se decía y a las explicaciones que se daban, sus estados emocionales al iniciar las actividades eran mejores.

Mientras que la actitud de los estudiantes que no habían tenido una experiencia positiva en sus hogares, quería expresar sus emociones negativas con sus compañeros, y lo impresionante dentro de esta situación es que ellos no molestaban a los estudiantes que tenían buena actitud, sino que solo molestaban a los que tenían una actitud similar.

En estas primeras actividades, se descubrió la necesidad de involucrarse más en esta situación, y se comenzó a buscar la manera de conocer como era el desarrollo emocional que los estudiantes tenían desde sus casas, y algunos estudiantes expresaron que cuando las clases se terminaban, ellos se quedaban solos toda la tarde así que en este proceso del autocontrol y autoconfianza fue importante tener en cuenta el aporte de Alan Carr (2007) “hay indicios sólidos de que los padres que combinan el afecto hacia sus hijos con un nivel moderado de control les ayudan a desarrollar autoestima y un centro de control interno” (p. 41).

Es relevante tener en cuenta este aporte, ya que uno de los factores con mucha importancia en los procesos emocionales de los estudiantes es el núcleo familiar, el cual, se ha entendido hace mucho tiempo como la base de la sociedad, y aplicando este pensamiento a la realidad en la que han vivido algunos estudiantes que no tienen a sus padres por motivo del trabajo o cualquier otra situación.

Posiblemente, esta falta de compartir con sus padres, es uno de los elementos al no poder obtener un mejor control y construir mejores umbrales de control emocional, esta herramienta ayudó a obtener una mejor capacidad de control, en conclusión, la evolución de los estudiantes fue óptima, fortaleciendo su educación emocional.

Asimismo se encuentra, la última fase que comprende la generación y análisis de resultados, donde a partir de los datos obtenidos, y las preguntas orientadoras generadas en el tercer nivel, se dio contestación a los objetivos específicos del estudio, así mismo se realizó el sondeo de información el cual permitió filtrar los hallazgos, y sirvió de plataforma para triangular la información que dio concordancia, y ofreció al investigador la alternativa de poder plasmar en

forma escrita y estructurada la problemática, desde diferentes ángulos, con el propósito de aumentar la eficacia y conceptos sólidos en consistencia de los datos encontrados.

En este punto, para realizar el desarrollo del árbol de problemas se hicieron preguntas enfocadas para cada subcategoría, en este sentido algunas de las preguntas que se formularon en cuanto a la subcategoría autoconfianza fueron ¿Cuál es tu reacción en los momentos de tensión?, en esta pregunta los estudiantes dijeron << cuando alguien me saca la piedra le doy su puño o lo insulto>>, esta afirmación demuestra el estado emocional de estudiantes que tienen niveles altos de agresividad dentro y fuera de la institución.

Otra pregunta fue, ¿En qué situación tratas de complacer a otros antes de complacerte a ti mismo? <<Cuando toca>>, dijeron algunos, <<nunca, yo hago lo que a mí se me dé la gana>> también se realizaron preguntas en las diferentes subcategorías.

En el autocontrol se pudo recibir las respuestas a las siguientes preguntas. ¿Cómo te sientes cuando tus compañeros te dicen que no eres bueno para hacer algo? Algunos estudiantes respondieron de la siguiente forma << a mí no me importa lo que piensan los demás>>, <<se ganan su puño>>, cuatro estudiantes mujeres respondieron <<nos sentimos mal porque nos hacen sentir que somos tontas y que no podemos hacer nada>>.

Estas respuestas tenían cargas emocionales que, en la categoría de las competencias personales como construcción de la sociedad o grupo en este caso, perjudicaba el desarrollo de un ambiente que forme amistad, y que haga la transición correcta a las competencias sociales.

Para estas competencias, de igual forma se realizaron cuestionamientos que arrojen información referente al estado de las competencias sociales, en los estudiantes del aula integrada en la subcategoría empatía: ¿cómo te sientes al ver a otro no poder realizar una actividad? Algunos estudiantes que en especial eran muy herméticos en sus respuestas dijeron <<Normal>>, mientras que otros contestaron <<Si uno de ellos no puede hacer nada y es chistoso pues nos reímos>> la mayoría del grupo respondieron <<Lo ayudamos>>. En ese momento se pudo observar que, en cuanto a sus respuestas, en el grupo hay diferencias en sus estados emocionales y la necesidad de ayudar a través del tenis de mesa a fortalecer su educación emocional.

Ramificando la necesidad en educación emocional para alcanzar el éxito en el juego

En el proceso escolar, los estudiantes obtuvieron un medio en el que podían expresar todas sus emociones, por la realidad experimentada en sus demás contextos, en el colegio ellos pudieron hablar y actuar de acuerdo a su estado de ánimo y encontrar la manera de controlar su estado emocional o aprovecharlas como una oportunidad para mejorar.

Con el fin de Caracterizar la competencia emocional de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto, que implementaron un aporte significativo en esta faceta de los estudiantes ya que todos estaban capacitados para entender y aprender de la misma manera. Es así como se entiende que la competencia emocional es la capacidad de comprender, manejar y expresar aspectos emocionales y sociales de la propia vida en forma que nos permita realizar con éxito las tareas de la vida tales como aprender, entablar relaciones resolver los problemas cotidianos y adaptarnos a las complejas demandas del crecimiento y desarrollo

Además, en la presente investigación como una subcategoría dentro de las capacidades sociales se encuentra la empatía y el concepto citado abarca también la capacidad de entender al otro de comprender sus emociones y poder ser parte de la solución en esa realidad, fue importante el hecho de pensar y tener la capacidad de manejar las emociones propias, pero también y de igual importancia el comprender a los demás para poder obtener progreso en la construcción y cambio social.

Existen muchos estudios a nivel de la educación emocional en los últimos años ya que a través de las emociones expresadas por las personas, se ha podido entender cuál es su percepción de la realidad y en este sentido para el grupo sujeto de estudio fue primordial este pensamiento y la percepción que varios estudiantes tuvieron acerca de la comprensión emocional, es muy importante entender esto porque a través de lo planteado con el plan de actividades se dio la respuesta correcta a muchos sucesos en los que los estudiantes probaron su capacidad de comprender las emociones del otro y como les afectaban.

Competencias personales y competencias sociales, en el grupo sujeto de estudio.

En el proceso de la caracterización en la aplicación de los planes de clase se tuvo en cuenta lo siguiente

Figura 11

Síntomas competencias personales



Fuente: Autoría propia

Figura 12*Síntomas competencias sociales**Fuente: Autoría propia*

En el proceso se tuvo en cuenta, las problemáticas del nivel emocional que surgieron cuando los estudiantes no tenían un concepto emocional adecuado, por este motivo el siguiente concepto aporta a la importancia de las capacidades y competencias que influyen en el concepto personal. Así explica (Bisquerra, 2003)

Dentro de la autonomía personal se incluyen un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional. (p. 24)

En este sentido el enriquecimiento emocional a nivel personal incide en una competencia que se fortalece a través de diseños curriculares enfocados en los estudiantes como seres emocionales únicos, con la capacidad de expresar y de pensar de formas diferentes, esta importante faceta se debe tener en cuenta ya que dependiendo de cómo una persona sea individualmente lo será también cuando deba desenvolverse en comunidad, esta capacidad le ayudara a conseguir sus objetivos de ser ayuda para la sociedad y para sí mismo. Ya que en el grupo sujeto de estudio muchos de los estudiantes afirmaron estar estudiando porque sus padres los estaban obligando a asistir, y que estaban aburridos del estudio, en su gran mayoría los estudiantes que pensaban de esta manera tenían un bajo rendimiento en casi todas las áreas impartidas en la institución.

Este dato es alarmante ya que algunos estudiantes ya tenían prácticamente perdido el año y desde la participación del investigador se trató de apoyar y cambiar esta realidad. Según Bisquerra (2003)

El 28% de estudiantes de secundaria que se implican en conducta antisocial, el 37% fuman, el 54% consumen alcohol, el 72% informan que son sexualmente activos y el 34% indican estar pasando por estados depresivos o haber considerado el suicidio. Un 30% de los jóvenes entre 14- 17 años se implican en comportamientos de multirriesgo...señala como el estrés en la adolescencia correlaciona con el fracaso escolar, conducta social desviada, delincuencia, integración en grupos de iguales desviados, consumo de drogas y baja autoestima. Como se podría esperar, cuanto más elevada sea la cantidad de coocurrencia de comportamientos problemáticos, menor es el resultado en indicadores de ajuste. La presión del grupo puede causar excesos, si la escuela, la familia y la comunidad fallan en

potenciar el desarrollo de comportamientos saludables. Hay evidencia de que las competencias emocionales constituyen un factor importante de prevención. (p. 10)

Por lo anterior se puede deducir que en gran escala la educación emocional es un fundamento educativo, que debe ser fortalecido en todas las instituciones educativas ya que estos alarmantes porcentajes son de estudiantes y muchos de los porcentajes presentados son indicadores de la falta de una base emocional fuerte. Por este motivo en el grupo sujeto de estudio, una de las dificultades más grande fue encontrar la forma de adaptar las emociones en la realidad escolar, esta dificultad fue una de las más grandes porque el medio en el cual los estudiantes se desarrollaron, fue en su mayoría en donde la expresión emocional eran un síntoma de debilidad y que cualquier persona puede llegar a aprovecharse de ellos con este antecedente fue necesaria la enseñanza de la importancia de las emociones en la vida.

A través de actividades enfocadas desde el tenis de mesa para aportar de mejor manera la postura de la educación emocional en la institución San José Bethlemitas, el impacto fue tal que la docente encargada pidió el cambio del currículo para poder enseñar el tenis de mesa en la institución, ya que este deporte estimula la concentración y obliga a tomar decisiones importantes, en el estado de concentración los estudiantes debían dejar todo a un lado, las preocupaciones, los problemas y las dificultades en cuanto a su carácter todo eso estaba alejado de ellos, en la práctica del tenis de mesa, además de esto la condición de respeto a sus compañeros aumentaba notoriamente. En esta sentido con el enfoque al primer objetivo se puede decir que en el momento preciso de la intervención los problemas desaparecieron y se observó un grupo que trabajó fuertemente en sus capacidades individuales y también en sus relaciones interpersonales, conformando un grupo satisfecho en el dominio de sus emociones después de aplicar obviamente todos los planes de clase se pudo obtener estos resultados, los cuales ellos mismos jerarquizaron en el árbol de problemas, después de las diferentes intervenciones ellos expresaron sentirse mucho mejor que en el momento en que iniciaron las clases, entendiendo lo que Bisquerra (2006) dice

Las habilidades socio-emocionales constituyen un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales. Las relaciones sociales están entretejidas de emociones. La escucha y la capacidad de empatía abren la puerta a actitudes pro sociales, que se sitúan en las antípodas de actitudes racistas, xenófobas o machistas, que tantos problemas sociales

ocasionan. Estas competencias sociales predisponen a la constitución de un clima social favorable al trabajo en grupo, productivo y satisfactorio. (p. 19).

Teniendo en cuenta la situación y haber pasado por las competencias sociales es pertinente enfocar que como seres sociales el desarrollo de la educación emocional en este campo fue fundamental para que los estudiantes obtuvieran una convivencia sana ya que en el aporte hecho por Rafael Bisquerra las personas son el reflejo de las emociones y con esto se dice que la base de los comportamientos son las emociones que hacen su proceso desde el cerebro con todas sus reacciones químicas y los procesos que se hacen cuando existe una sensación que inunda el cerebro para hacer una acción, mejor llamado el estímulo – respuesta que aporta mucho al tratar de investigar una realidad social.

Esta percepción es muy importante en el sentido de relaciones personales y en el sentido de transformar esas relaciones por la capacidad de vivir y relacionarse con los demás, en este aspecto muchas personas aún tenían dificultades, y como en la cita, tomaban actitudes que destruían la capacidad de ser diferentes, creando personas emocionalmente inestables lo cual es un problema que tiene grandes consecuencias, es por eso que la construcción social de las emociones son un pilar que fundamentó a los estudiantes para prepararlos para enfrentar la vida y no solo como esponjas que absorben conocimientos y datos.

Dentro del aporte hecho por Rafael Bisquerra se puede encontrar que la empatía es la capacidad de ponerse en los zapatos del otro, es entender que todo el mundo es un manojito de emociones y que se puede llegar a entender esas emociones no para burlarse de ellas sino para ser protagonistas del cambio y del apoyo emocional que otros están buscando, en este sentido en una de las actividades propuestas, los estudiantes debían ayudar al otro cuando se notara frustrado y cuando lo encontraron al principio les causo gracia pero después percibían fácilmente a los estudiantes que sentían frustración y corrían a ayudarlo.

En una ocasión uno de los estudiantes sordos impresiono al resto cuando en una de estas actividades de fuerza llamada el salvavidas que se trataba de ayudar a algún compañero a pasar por diferentes obstáculos con el propósito de no perder un objeto que en este caso era la raqueta, habían estudiantes que tenían que tratar de hacer que el estudiante suelte la raqueta, los estudiantes sordos corrían a ayudar a los demás, en este sentido para los estudiantes fue de sorpresa porque los compañeros que estaban más pendientes del resto eran ellos, al parecer tienen mejor percepción de los estados emocionales de los demás, la interprete dijo que por la condición de lenguaje ellos

tienen la capacidad de determinar con facilidad la expresión emocional ya que su comunicación es viso – gestual.

Para ellos se optó por preguntar más situaciones, las respuestas fueron, que la mayor parte del tiempo libre ellos la pasan solos o en la calle y que para poder sentirse identificados buscaban un grupo de personas que los hagan sentir importantes, en este punto la investigación tomo una parte diferente, ya que una de las categorías emergentes fue la identidad.

En este sentido el pensamiento de los estudiantes a quienes se les dificultaba el comportamiento moderado y consecuente con la institución educativa, era que para poder tener su propia identidad tenían que ser como el grupo de amigos, pensar, hablar y actuar como ellos en este sentido todos los estudiantes que desarrollan este pensamiento tienen más de tres materias perdidas y no cuentan con la atención de sus padres por causa de su trabajo.

Entonces a través de la estrategia, se pudo evidenciar la falta seguridad que tenían a la hora de golpear una bola en movimiento, también fue nociva para ellos la respuesta del juego cuando se les habían hecho preguntas que representaban para ellos en soledad y disgusto, ellos golpeaban fuerte la bola y no escondían su frustración.

En síntesis, al primer objetivo se puede decir que en cuanto a la educación emocional los estudiantes se encontraban antes de la intervención pedagógica con muchas inseguridades en cuanto a su propia personalidad, aunque algunos de los estudiantes quisieron seguir siendo emocionalmente pobres, en su mayoría, los estudiantes que participaron en esta investigación tuvieron un cambio favorable en su confianza, control, empatía y tolerancia. Por este motivo se dio paso al segundo objetivo que a través de la observación participante se desarrollaría progresivamente con invitación al cambio y que este cambio fortalezca la educación emocional en los estudiantes del aula integrada del colegio San José Bethlemitas

“La habilidad emocional para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autorregulación que mejoren la intensidad y la duración de tales estados emocionales” (Bisquerra & Perez Escoda, 2007, p. 77)

En este concepto, la auto regulación emocional como aporte es calificada como una habilidad que se desenvuelve en las sensaciones que se desarrollan en una de las formas de la integridad empática, la empatía emocional es muy importante saber y entender cómo se sienten los demás, uno de los impactos que impresiono en la investigación es que las personas que tienen un mejor control de sus emociones disfrutaba más las actividades y el compartir con otros

estudiantes y por ende aprende de forma eficiente contrario a los estudiantes que no tienen un manejo controlado de sus emociones.

Figura 13

Actividad el Salvavida



Fuente: Autoría propia

El tenis de mesa, expresión emocional

Es importante recordar el que el método utilizado es investigación acción, con el cual se quiere dar solución a problemas específicos que afectaban directamente al grupo sujeto de estudio, este método ayudó a buscar de muchas maneras la solución a la afección a través de idear intervenciones pedagógicas y ser parte de la solución.

Dentro del pensamiento pedagógico se encuentra a Bisquerra (2006) quien hace referencia al tema de esta investigación con la siguiente afirmación

Nos atrevemos a resumir la educación emocional en los siguientes términos: ***proceso educativo, continuo y permanente***, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (p. 19).

Con este concepto se puede deducir que el planteamiento de Bisquerra imparte el pensamiento de que la investigación de la educación emocional es un proceso que requiere un proceso de planeación conforme al proceso que debe existir en la observación participante que

además debe ser continuo y educativo lo que indica un cambio social que sea real, análisis con el cual a través de la recolección de los datos con el propósito de buscar conclusiones objetivas del tema investigado y buscar la ejecución pertinente que en referencia al fortalecimiento de la educación emocional fuese para que los estudiantes, con el propósito de que sean capaces de afrontar todo lo que pase en la vida.

Para lograr la implementación del tenis de mesa es muy importante enmarcar que este deporte es uno de los más exigentes ya que su complejidad, no está condicionada solamente a movimientos de miembros superiores, sino que es necesaria una comprensión motriz mucho más amplia, en la que los deportistas que se encaminan en el tenis de mesa van a tener una mejora en su rendimiento personal, a esto se refiere, que el tenis de mesa es un deporte que forma integralmente a las personas que lo practican.

“El Tenis de Mesa tiene una dimensión cognoscitiva creativa dado que es un deporte con un rango amplio de objetivos técnicos-tácticos-psicológicos-pedagógicos. Esto significa que el deportista está siempre intentando adquirir nueva información especializada y en entrenar sus habilidades físicas” (Matytsin, 2014, p. 2).

Comenzando con este comentario la carga emocional es grande ya que si un deportista no tiene una capacidad óptima en el manejo de sus emociones va a ser poco asertivo en su eficacia y su eficiencia. Dado el caso en el contexto de aplicar el tenis de mesa como estrategia con la oportunidad de enriquecer el fortalecimiento de la educación emocional fue muy pertinente, teniendo en cuenta que para este objetivo se utilizó la técnica de la observación participante que a través de preguntas orientadoras, se logró identificar muchas otras situaciones que enriquecieron esta investigación, en parte primordial de la observación participante a través de esta técnica, fomentó la participación de los estudiantes en las diferentes actividades.

Con el tenis de mesa es pertinente enfocar que en la observación participativa aplicada en el sujeto de estudio genero aportes continuos llevando a la reflexión colectiva tomando el camino hacia la construcción de conocimientos impartidos a través del descubrimiento que ha sido guiado por el investigador a través de la lluvia de ideas que construyeron los estudiantes.

El tenis de mesa ayuda a que las personas desarrollen un alto grado de concentración y toma de decisiones fortalece el autocontrol, también aporta a sostener la autoconfianza, teniendo presente, cuando los estudiantes entienden el significado de concentración y como la autoconfianza generaría en ellos más posibilidades de mejorar en las relaciones intra e interpersonal, uno de los

aspectos importantes en los estudiantes es precisamente el hecho de tener confianza en ellos para poder ser lo que realmente quieren ser, confiando en sus capacidades, en sus fortalezas, querer corregir sus actitudes negativas, y tratar de mejor manera a todos los demás, sintiendo respeto real por los demás y por sí mismos.

Después de algunas actividades los estudiantes demostraron que el manejo de las emociones es un trabajo constante y que, al tener presente emociones positivas, tenían una mejor capacidad para afrontar momentos de tensión.

Para la actividad que se realiza en mesa los estudiantes debían primero pensar en momentos de tensión que han tenido a lo largo de su vida, en este sentido se trató de programar a los estudiantes para hacer una catarsis, después de dar las bases en el tiempo de la solución del primer objetivo, se procede a intentar mantener en juego la bola en el mayor tiempo posible.

En este aspecto se hicieron parejas de trabajo, llama la atención que al realizar las parejas los estudiantes escogieron a la persona que tenían más cosas en común, este es un caso de identidad, en la que ellos mencionaban en repetidas ocasiones YO, en caso particular los estudiantes en su mayoría dijeron <<YO quiero con ella porque somos amigas desde tiempo>><<YO quiero con él porque siempre compartimos lo mismo como las canciones y eso>>. En el aspecto del YO existen muchos estudios de diferentes campos de las ciencias sociales que se interesan por tomar el tema de la identidad como núcleo social

“La Identidad es la construcción de sentido, atendiendo a uno o varios atributos culturales, priorizándolos del resto de atributos, que se construye por el individuo y representa su autodefinición.” (Valenzuela Medina, 2012, p. 2).

Figura 14

Actividad árbol de problemas y observación participante



Fuente: Autoría propia

En este concepto es interesante mirar que dentro de este proyecto se incluyan las competencias sociales y personales que en una actividad simple salgan a flote, La identidad dentro del rango de edad del grupo sujeto de estudio es complejo, ya que cada uno de los estudiantes se sienten atraídos hacia diversas modas que son las construcciones temporales de ciertos grupos sociales y en específico, los estudiantes se sienten atraídos hacia palabras soeces y gestos que son muy explícitos en la parte sexual, este aspecto dentro del grupo sujeto de estudio las que se sentían más ofendidas eran las niñas. Por lo tanto, con la actividad de mantener una bola en juego en el mayor tiempo posible amplió el resultado en la aplicación del autocontrol, la autoconfianza, empatía y tolerancia.

En este sentido, se hacia la pregunta de ¿cómo te sientes cuando juegan tenis de mesa bajo pensamientos negativos? <<me siento mal al principio después me olvida>>, <<cuando pienso en algo malo y me pongo a jugar es como si no pudiera hacer bien las cosas como si me bloqueara>>.

Las respuestas de los estudiantes tenían el mismo contenido en donde en el tenis de mesa por su alto requerimiento de la concentración pudo bloquear la sensación negativa y reemplazarla para un mejor desarrollo tanto a nivel personal como social, porque a través del esfuerzo los estudiantes lograron encontrar el punto exacto de su fuerza para golpear la bola sin que se salga de la mesa, este proceso se llama adaptación, que es uno de los primeros ítems que usan los entrenadores de tenis de mesa para incentivar a sus estudiantes para la práctica de este deporte, lo que generó en ellos la experiencia para mejorar su estado de ánimo, proceso que es difícil de manejar en las experiencias vivenciales de las personas del común.

Los estudiantes al interactuar en el tenis de mesa encontraron la forma de motivarse y motivar a los demás para superar los obstáculos, en la actividad que ponía en juego su capacidad espacio temporal en conjunto con el equilibrio porque debían llevar la bola en la raqueta, eliminando los malos pensamientos y aquellas cosas que descontrolen o distraigan, cuando algunos hacían caer la bola al suelo, tenían el dominio de comenzar nuevamente, mejorando su capacidad de manejar la frustración el cansancio o los malos pensamientos.

Por medio de las actividades propuestas y el desarrollo es así como en cada micro categoría se evidenciaron mejorías comportamentales en el manejo emocional que afectaba el desarrollo de las clases no solo de educación física sino en las clases en común generando ambientes negativos.

En la actividad de relacionarse con los demás en al micro categoría de tolerancia hubo una gran acogida por parte de los hombres quienes no se opusieron a integrar grupos con los cuales no habían compartido mucho tiempo, estos ayudaron a traer los materiales y a diseñar las actividades en el espacio designado esta muestra es muy importante porque en el inicio de la investigación, había actitudes apáticas, que no permitían la libre socialización y participación.

Por parte de las niñas lastimosamente en otros espacios, habían peleado y no había disposición de relacionarse entre ellas, por tal motivo se debió hacer la interacción gradualmente a través de una actividad en el tenis de mesa que se llama mosquito en donde se hacen dos grupos y cada uno de los estudiantes tiene su raqueta, en esta actividad la persona que está de primera tiene que sacar y correr por el lado derecho, hacia el otro lado de la mesa de tal forma en la que al final de la actividad todos los estudiantes quedan combinados, a través de esta actividad se empezó a fortalecer las competencias personales y sociales en el grupo sujeto de estudio.

De acuerdo al fortalecimiento de las competencias sociales, se tiene en cuenta el aporte del autor y la relación de este con la realidad que suscito en la población de estudio, ya que los estudiantes en su accionar frente a una situación demostraron que si tenían este criterio, de tal modo que en este punto se evidencio una mejora en diferentes sentidos, como por ejemplo en la parte de su control emocional su aceptación hacia las diferencias de sus compañeros y la aplicación del fortalecimiento social, el cual favorecían la interrelación entre iguales.

Como conclusión en el segundo objetivo, se tiene en cuenta las diferencias que cada estudiante tiene, tanto los estudiantes sordos como a los oyentes estuvieron atentos a las diferentes actividades realizadas, con los conceptos de cada sub categoría y en cada una de las actividades propuestas, esta implementación dio como paso al fortalecimiento de las capacidades sociales e

individuales y fomentaron espacios académicos favorables para el aprendizaje y el desarrollo social.

Es importante destacar que la actitud de los estudiantes es un reflejo de lo que vive en sus entornos inmediatos, donde es posible hablar sobre la total influencia de la familia en la vida de cada persona y más aún en los niños y niñas; en este sentido, es relevante comprender que la familia es el primer agente educador para que se desarrollen habilidades sociales, como hábitos y valores que son llevados a su segundo contexto que es el colegio. Por tal motivo es relevante transformar algunos entornos escolares en los que los estudiantes no tengan contactos violentos.

Figura 15

Actividad el Aguante



Fuente: Autoría propia

Es primordial que cada uno de los estudiantes, integrara grupos para que puedan actuar en equipo y sentirse bien, reír, jugar, divertirse que ellos se sientan parte de algo como seres que aportan soluciones a retos físicos o intelectuales, aumenta y fortalece las capacidades sociales y personales.

Entendiendo los efectos del flip sobre las emociones silenciosas

Para dar inicio al análisis de los efectos del tenis de mesa sobre la educación emocional del grupo sujeto de estudio, es clave mencionar que la experiencia vivida ha sido reconfortante y de amplia contribución para la formación docente. En esta investigación se ha procurado fomentar la humanización de los estudiantes para poder ser parte activa de las competencias sociales y personales.

Es importante reconocer la competencia social en el sentido que permite una interacción directa del sujeto con un contexto, aportando al individuo una mejoría en las relaciones interpersonales; por tanto, se propone inicialmente el aporte realizado por Manuel Morales (2006), quien plantea que las competencias sociales son:

Conductas que facilitan la relación interpersonal de forma no agresiva sino asertiva. Esas conductas hábiles requieren previamente, unas capacidades cognitivas; igualmente la competencia social implica el control de las propias emociones y que además requieren una madures moral correspondiente a la edad de cada uno, también son conductas verbales y no verbales que se deben manifestarse exteriormente y de forma estable. (p. 22).

Entendiendo este aporte como el accionar de las personas para la facilitación de las relaciones interpersonales de forma correcta para un desarrollo social, sostenido en prácticas positivas que influyen en el comportamiento de las personas en diferentes contextos, de igual manera el obrar no es un mero comportamiento, sino que es influenciado por las capacidades cognitivas, es decir que la adaptación de las personas requiere la formación integral del ser.

En esta forma, todas las acciones de los estudiantes están representadas por varios procesos mentales y cognitivos que se hacen objetivos. En este sentido los estudiantes, a través de las actividades mostraron lo que pensaban y lo que sentían.

Para comenzar con el análisis del tercer objetivo dentro de las competencias personales se encuentra la empatía que hace parte fundamental de esta, constituyendo formas más adecuadas de trabajo en grupo, por lo tanto, tomando en cuenta a Arias Ocampo quien afirma que: “Ser capaz de trabajar con los demás en la consecución de una meta común, poniendo siempre por encima el interés colectivo sobre el interés particular o personal” (Arias Ocampo, 2000, p. 18).

De esta manera es como la empatía y colaboración pasa a ser el eje fundamental para el trabajo en el tenis de mesa, ya que para esto es necesario tomar conciencia de que el ser humano no está solo en el mundo, y fue creado para ser parte de una sociedad para vivir. Todos necesitan siempre del aporte de los demás y como tal, cada ser tiene que aportar para poder llevar a cabo una buena relación y en conjunto poder ser exitosos, de esta forma Elsa Cabrera (2008) propone el aprendizaje colaborativo de manera educativa en donde afirma que:

El aprendizaje colaborativo se define como una situación en la que se trabaja en pequeños grupos, en torno a una tarea específica, a la que se le da respuesta en conjunto.

Los estudiantes que aprenden a trabajar en pequeños grupos animan a los otros a hacer preguntas, explicar y justificar sus opiniones, articular su razonamiento, elaborar y reflejar su conocimiento, motivar y mejorar el aprendizaje, o construir diferentes fortalezas. También establece un compromiso mutuo para desarrollar una tarea y que solo la coordinación y relación de sus intercambios les permite alcanzar un logro en común (p. 20).

El aporte del autor en cuanto al aprendizaje colaborativo, sobre todo brindar a estos estudiantes la posibilidad de encontrar situaciones en la que ellos demuestren que se están formando para la vida; lo anterior, con el fin de dar la posibilidad a los estudiantes de fortalecer la educación emocional por medio de actividades de carácter individual y grupal que posibiliten una mejor interacción entre iguales y sobre todo que enriquezcan la faceta de los valores y afiancen más sus conocimientos, todo se lograra si cambian su manera de pensar y actuar frente a situaciones negativas que les acontece en su etapa educativa y dar paso a los mejores momentos que esta etapa deja en todas las personas que tienen la capacidad de manejar sus emociones.

Es apropiado decir lo favorable que es educar la parte emocional, porque abre un camino a la posibilidad de formación integral, donde la fuente primordial es la persona, quien es la encargada de tomar sus propias decisiones. Referente a la materia de Educación Física y la educación emocional, deben convertirse en la mano derecha a partir de la cual se estructure y fundamente el desarrollo armónico e integral del estudiante, ya que esta brinda el espacio para que los estudiantes liberen gran cantidad de emociones durante la práctica del tenis de mesa o cualquier deporte.

Esta capacidad emocional se tomó en cuenta para el manejo de las diferentes actividades, en la actividad de la empatía denominada “el espejo” en donde los estudiantes tenían que imitar el movimiento de su compañero y no solamente imitar su movimiento corporal sino también las características faciales e intentar sentir como el otro y sentirse en los zapatos del otro, los comentarios de los estudiantes fueron << Yo no quiero hacer eso>> y también << que fea esa cara >><< yo no voy a colocar cara de tonto>> en esta actividad se manejó la pregunta ¿Cómo puedes comprender la tensión de tu compañero?.

En la complejidad de intentar agrupar a los estudiantes para mentalizarlos en imitar al otro para intentar sentir como el otro, su apoyo a la actividad fue gradual ya que no querían tener la sensación de quedar mal ante los demás compañeros imitando un gesto hecho por otro, una de las

estudiantes expreso << yo no quiero quedar como tonta delante de mis amigos>>. Esta expresión detuvo a otros a no hacer lo que se les pidió, si no que sentían miedo de quedar mal ante el grupo con el que compartían más tiempo y en más espacios, así que uno de ellos tomo la iniciativa y con su compañero comenzaron a imitarse en el movimiento de cómo golpear una pelota con la raqueta. Este gesto tuvo gran impacto en los demás porque la expresión de los estudiantes en la actividad era de alegría, no paraban de reír, en dos minutos ya había 8 después todos generando en ese momento un suceso agradable para todos. Por tal motivo se toma en cuenta la siguiente afirmación: “Los líderes emocionales asumen los retos de hoy y las promesas del mañana. Son incansables en su compromiso con los valores personales, sin encerrarse en una postura estrecha o narcisista de ver el mundo” (Boyatzis, 2008, p. 20).

Yendo un poco más allá del estudio de la educación emocional se incluye la formación personal del ser, en este aspecto lo que se pudo observar es que el estudiante que comenzó tiene un espíritu de líder que en consecuencia con el aporte se menciona como algunas personas con esta característica ven al mundo, en lo cual no solo se busca un beneficio propio sino que se busca el fortalecimiento social con valores que aumentan el compromiso con los demás así no exista un requerimiento de un superior sino que su postura frente a esto es el disfrutar por estar vivo.

Figura 16

Actividad El Espejo



Fuente: Autoría propia

En esta actividad no solo se tuvo en cuenta la empatía sino también la tolerancia porque van de la mano y afianzan el desarrollo del fortalecimiento emocional en los estudiantes, cabe resaltar que el estudiante que inicio es oyente y su compañero era un sordo, por tal motivo causo más impacto.

En la compleja individualidad fomentada por muchos sistemas políticos y sociales, esta investigación también tuvo lugar en formar desde las capacidades personales las categorías que se manejaron son el autocontrol y la autoconfianza ya que una estabilidad personal es lo que ayuda a la estabilidad social.

Es decir que con esta investigación se pudieron determinar personas con habilidades personales impresionantes para liderar el grupo, tienen alto grado de autocontrol y autoconfianza e impactaron su desarrollo de forma positiva, pero también hay estudiantes que a pesar de todas las herramientas que se imparten tienden a influenciar negativamente y hay muchos posibles factores que sean responsables de este suceso que llevan a sentir una satisfacción personal acompañada de sentimientos individualistas.

En esta investigación se tiene en cuenta el fortalecimiento de la educación emocional teniendo en cuenta la educación que los estudiantes reciben en la institución y en algunos momentos en sus hogares, ya que una de las problemáticas que se desenvuelven en el entorno es el sentir la emoción pensar que pasaría si reacciona de una forma u otra, actuar con el conocimiento de las posibles consecuencias y por último tener la capacidad de aislar esa emoción para que no influya en el transcurso del día o de la semana.

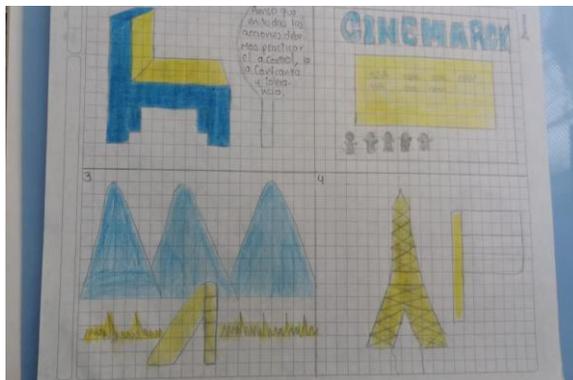
En este sentido los estudiantes se enfrentaron a situaciones en las que tendrían que demostrarse a sí mismos que tienen la capacidad de auto controlarse para analizar y actuar de forma correcta, el aislar la emoción no quiere decir eliminarla sino dejarla a un lado para poder cumplir con las demás actividades, en otro momento regresara.

En este sentido, en el salón hubo un problema en cuanto a las discusiones entre ellos por pérdida de algunos elementos escolares como colores o lápices, la reacción era casi como la reacción de los cavernícolas como lo dice Goleman, ya que el cerebro actúa con instinto y no con razonamiento, cuando se perdió un color dijeron esto gritando <<donde encuentre la rata nos vamos de puños>> y la tensión dentro del salón de clase aumento cuando el estudiante se levantó sin ningún orden ni respeto a buscar entre las cosas de los demás sin pensar un momento en las consecuencias que traerían, sin darse cuenta que el color simplemente lo tenía guardado en otro lugar, muestra de que su autocontrol es poco. Ya que en la actividad que se estaba realizando, los estudiantes estaban haciendo el trabajo de dibujar una raqueta de tenis de mesa en los lugares en donde ellos desearían que esté. Relacionando al tenis de mesa como un símbolo en donde ellos encontraron disfrute y cariño por lo trabajado en las clases de educación física.

En este sentido se puede decir que el impacto que tuvo el tenis de mesa en la institución y en los estudiantes sordos y oyentes fue de gran ayuda para determinar las capacidades sociales y personales, también la necesidad de que en las instituciones educativas se incluyan herramientas que determinen el estado emocional de los estudiantes, para ayudarlos a controlar la emoción y no que esta los domine a ellos.

Figura 17

Actividad Mapa Parlante



Fuente: Autoría propia

11. Conclusiones

Indudablemente, el fundamento principal de esta investigación se encaminó en justificar la necesidad de una educación emocional, enmarcando al sujeto de estudio en el conocimiento de las distintas emociones y el control de las mismas; con el propósito de que se convierta en una formación para la vida, que será la mejor forma de contribución a los adolescentes y sobre todo entender que las personas con educación emocional tienen la habilidad de controlar los impulsos, que alteran el valor de competencias sociales y personales.

La ejecución de las actividades propuestas en aras de fortalecer las capacidades sociales y personales, favoreció en asimilar las capacidades de cada ser, comprendiendo sus habilidades y diferentes formas de reacción a su educación emocional, a través de las actividades, mejorando las conductas y sobre todo el contenido de cada uno de estos, logrando potencializar procesos formativos y significativos con la aplicación de las actividades y materiales utilizados; posibilitando resultados óptimos y palpables

Desde el punto de vista la clase de Educación Física, es vista como un espacio que permite trabajar lo concerniente al campo físico, lo cognitivo y social, que beneficia en gran medida el componente de educación emocional, conocido como aquel elemento que permita una solución de conflictos, enmarcando comportamiento de impotencia y frustración reflejado el aspecto personal e inter personal.

A pesar que, la investigación tiene nociones en el campo psicológico, la clase de educación física no se afectó, sino que fortaleció la aplicación de la investigación, en la que se incluyó técnicas e instrumentos acorde con la población y el espacio académico, los cuales son elementos propios del área de educación física, pero que pueden ser de gran impacto en el trabajo de la conducta.

En primera instancia, se destacó el trabajo encaminado a la educación de la competencia personal enfatizada en la autoconfianza y el autocontrol emocional; dos elementos de gran importancia en el reconocimiento de la propia conciencia, la cual debe considerarse importante ya que se direcciona hacia una adquisición de una competencia básica para la vida.

Es oportuno mencionar que la investigación está direccionada en principio a la competencia social, donde se encuentra la empatía y la tolerancia que implican dentro de sí fundamentos cognitivos, afectivos y emocionales; los cuales son bases para generar la unificación de personas encaminadas a un bien común.

Es pertinente mencionar que la educación emocional esta también interrelacionada con las competencias personales como la empatía y tolerancia, siendo estas parte fundamental en el desarrollo de cada persona, conocer sus propios alcances y limitaciones hacen que cada uno sepa cuál es su estado emocional y saber que cada persona tiene diferentes formas de auto regular sus emociones, y tener la posibilidad de entender el estado emocional del otro para ayudar a superar las emociones que influyen negativamente en el otro; por tanto para esto no solo la psicología puede estar enfocado en este tema, sino que es responsabilidad de todas las áreas del conocimiento, formar para la vida.

Se consiguió establecer que este proceso favoreció a la investigación en tres componentes, el cognitivo, social y personal; en el primero es evidente que los aportes teóricos en conjunto con la experiencia adquirida en la intervención pedagógica, favoreció en la interiorización del conocimiento que compactó y dio su lugar a los resultados establecidos; de igual manera el segundo aspecto puso en evidencia la capacidad y versatilidad que debe existir en el investigador ya que se adaptó a toda tipo de situaciones buenas y malas, frente a la diversidad de comportamientos existente en los estudiantes. Finalmente, a nivel personal este proceso deja satisfacción en el sentido que los estudiantes presentaron una apropiación del concepto de educación emocional, para luego evidenciar una mejora en su accionar emocional frente a los demás.

12. Recomendaciones

En los procesos educativos de las instituciones es adecuado plantear el trabajo de la educación emocional, como eje principal para el desarrollo integral de los estudiantes, sabiendo que una de las principales dificultades que tienen es por las malas bases emocionales, y por ende las malas relaciones sociales, acompañadas de la falta de educación en valores desde sus hogares, por tal motivo es pertinente hacer un acompañamiento en el trabajo de la educación emocional con el área de educación física ya que esta funciona como apoyo para mejorar las competencias personales y sociales.

El apoyo curricular puede contar como uno de los mecanismos imprescindibles para el fortalecimiento de la educación emocional, a través de talleres en los que se contribuya a que todos los estudiantes puedan acceder al conocimiento de sí mismos y de los demás, demostrando sus potencialidades y también los puntos que se deban fortalecer.

Es importante enmarcar que el trabajo de la educación emocional se debe realizar desde edades tempranas en donde los espacios en que se desenvuelvan sea de provecho como: saber reconocerse a sí mismo y el estado emocional negativo del otro, para la solución de problemas sin necesidad de tomar actitudes violentas.

Es recomendable tener espacios de relajación con los estudiantes, con el propósito de dar al estudiante tiempos en los que pueda tener la posibilidad de encontrarse consigo mismo, abrir su mente y fomentar su creatividad, induciendo el orden la calma y el control dentro del aula de clase y no un espacio de desinterés y aburrimiento.

Es fundamental, y recomendable a nivel institucional los espacios brindados a la inclusión de estudiantes sordos en compañía de intérpretes, y la forma en que los estudiantes oyentes aceptan esta diferencia e intentan aprender lengua de señas, este acto es recomendable para todas las instituciones educativas ya que algunos estudiantes sordos son de escasos recursos económicos y su desplazamiento se dificulta.

En la educación emocional se recomienda, implementar estrategias que den vía libre al estudiante, a la inspiración y a la formación en valores con un sentido real, la formación de la ética ya que esta se ha visto opacada por pensamientos confusos que surgen con el desarrollo de la tecnología y la ciencia, las cuales toman gran cantidad de tiempo en los estudiantes descuidando su parte formativa dentro de la escuela, pero si la educación se encaminara en despertar las potencialidades creativas, permitirá generar desarrollo en su propio yo, fundamentado en valores.

La empatía y la tolerancia son los elementos que funcionan en armonía dentro de la educación emocional, es por tanto que los espacios requeridos hagan que los estudiantes obtengan mejores vínculos de comunicación positivos que incrementen y fortalezcan los lazos de amistad entre ellos, en este punto el área que puede formar en estas capacidades es la educación física con sus muchas herramientas formadoras de habilidades.

Es importante mencionar que, para la aplicación de esta temática enfatizada hacia el fortalecimiento de la educación emocional desde la clase de educación física, se debe tener en cuenta, que por ser un trabajo de un contexto muy amplio y que este se genera en el día a día, es de suma importancia vincular los ejes transversales desde las demás materias y así poder intervenir en una acción cotidiana frente a esta problemática.

Es conveniente y si se quiere generar cambios en el futuro por parte de los estudiantes, que la institución adopte esta propuesta para los años venideros, en la que los docentes en sus espacios académicos, intervengan de manera directa, donde articulen las competencias cognitivas, comunicativas y por supuesto la axiológica.

Referencias

- Agreda Montenegro, E. (2004). *Guía de investigación cualitativa interpretativa*. San Juan de Pasto: Institución Universitaria CESMAG.
- Akers, R. (2013). *La generalidad de la teoría del autocontrol: una primera extensión de la teoría general del delito a los países de habla hispana*. Madrid: Dykinson.
- Arias Ocampo, E. (2000). *Cuerpo de dirección y la inteligencia emocional*. Colombia: Cenecoop.
- Ayala Ramirez, C. (2016). *Cualidades del buen educador*. Obtenido de Noticias UCA: <https://noticias.uca.edu.sv/articulos/cualidades-del-buen-educador>
- Barreto, M., & Sarmiento, L. (1997). *De los Derechos, las Garantías y los Deberes*. Bogotá: Comisión Colombiana de Juristas.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. Obtenido de Revistas um: <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra, R. (2003). *Educación Emocional y Competencias Básicas para la vida*. España: MIDE.
- Bisquerra, R. (2006). Orientación Psicopedagógica y educación emocional. *ESE 10*(11), 9-25. Obtenido de <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/9208/1/Ea.pdf>
- Bisquerra, R., & Perez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>
- Bizquerra, R. (2011). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. España: Desclee de Brower.
- Bonilla, E., & Rodríguez, P. (2007). *Más allá de los métodos. La investigación en ciencias sociales*. SI ed.
- Boyatzis, R. (2008). *Lider emocional*. Barcelona: Deusto.
- Cabrera Murcia, E. (2008). *La colaboración en el aula*. Colombia: Magisterio.
- Carr, A. (2007). *Psicología positiva. La ciencia de la felicidad*. Barcelona: Paidós Iberica.
- Elliot, J. (2005). *La investigación-acción en educación 5 edición*. España: MORATA.
- Estanqueiro, A. (2006). *Principios de comunicación interpersonal: Para saber tratar con las personas*. Madrid: Narcea.
- Gallo Cadavid, L. (2009). El cuerpo en la educación de qué pensar: perspectivas hacia una educación corporal. *Estudios Pedagógicos [en línea]*, 35(2), 231-241. Obtenido de Estudio Pedagógicos: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173514137013>

- Garay, J. (2009). *Los valores (REspeto, tolerancia, honestidad y responsabilidad) en preescolar como medio para una mejor convivencia entre docentes y alumnos*. Obtenido de Universidad Pedagógica Nacional: <http://200.23.113.51/pdf/26251.pdf>.
- Garrido, M. (2024). Desarrollo de las habilidades sociales a través de la educación emocional en el alumnado con discapacidad intelectual leve [en línea]. *Máster en Neuro pedagogía*. Universidad de Córdoba. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10396/27575>
- Goleman, D. (1996). *La Inteligencia Emocional*. Buenos Aires: Kairós.
- Gonzales Gallego, I. (2010). *El nuevo profesor de secundaria*. España: Grao.
- Hernández Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Batista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-hill-Interamericana editores, S.A. de C.V.
- Hernández, G. (2009). *Medio para enseñanza de los golpes básicos del Tenis de Mesa en niños de la comunidad "La Trinidad" Municipio Eulalia Buroz*. Obtenido de Monografía: <https://www.monografias.com/trabajos82/medio-ensenanza-golpeos-basicos-del-tenis-mesa/medio-ensenanza-golpeos-basicos-del-tenis-mesa2.shtml>
- I.E.M. San José Bethlemitas. (s.f.). Manual de convivencia. Reseña histórica. 14. San Juan de Pasto.
- Konstan, D. (2004). Las emociones en la antigua griega. *Pensamiento y Cultura [en línea]*, 7(1), 47-54. Obtenido de <https://pensamientoycultura.unisabana.edu.co/index.php/pyc/article/view/1125/1186>
- López, M. (2003). *Inteligencia Emocional*. Colombia: Gamma.
- Malbos, P. (2015). *Empatía motivacional. Manejo inteligente de las emociones*. Buenos Aires: Dunken.
- Martinez, L. (abril de 2007). La observación y el diario de campo en la definición de un tema de investigación. *Revista Perfiles libertadores [en línea]*, 4(80), 78. Obtenido de <https://acortar.link/oRbp2x>
- Matytsin, O. (2014). *El papel de las características personales del jugador de Tenis de Mesa en proporcionar eficiencia y estabilidad durante las competencias*. Obtenido de ultm: <http://ultm.org/wpcontent/uploads/2014/10/11966569624703d016a704f.pdf>
- Muñoz, A., & Chavez, L. (2011). *La empatía, un concepto unívoco*. Obtenido de Universidad de Manizales: http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/377/Mu%C3%B1oz_Zapata_Adriana_Patricia_Art%C3%ADculo_2011.pdf?sequence=4
- Palomera, R., & Berrocal, P. (2008). *La inteligencia emocional como competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias*. España: EOS.
- Parlebás, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.

- Pateti, Y. (junio de 2007). Reflexiones acerca de la corporeidad en la escuela: hacia la despedagogización del cuerpo. *Paradigma [en línea]*, 28(1), 107. Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512007000100006&lng=es&tlng=es.
- Retto López, S. (enero de 2024). El desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de sexto grado y su impacto en la convivencia escolar. *Snergia Académica [en línea]*, 7(Especial), 312-342. doi:<https://doi.org/10.51736/sa.v7iEspecial%201.211>
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*. Editores S.A.
- Sanchez, G. (2012). Manual metodológico de Tenis de Mesa para le mejoramiento de los síntomas del trastorno por deficit de atención e hiperactividad (tdah) en niños y niñas de 8 a 10 años. Cali: Universidad del Valle.
- Sánchez, S. (2010). *El Tenis de Mesa en educación primaria y secundaria. Propuesta: tomo la iniciativa con mi saque*. Obtenido de ef deportes: <https://www.efdeportes.com/efd150/el-tenis-de-mesa-tomo-la-iniciativa-con-mi-saque.htm>.
- Santander Garzón, A., & Ureña Prado, Y. (2006). Creación y validación de un test de inteligencia emocional. San Juan de Pasto: Institución Universitaria CESMAG.
- Segura Morales, M. (2006). *Ser persona y relacionarse*. España: Marcea.
- Valencia, I. (2016). ¿Qué es la educación emocional? *Educación Emocional [en línea]*. Obtenido de <https://educacion-emocional.es/la-educacion-emocional/>
- Valenzuela Medina, J. (mayo de 2012). El concepto de identidad como recurso para el estudio de transiciones. *Piscología & Sociedades [en línea]*, 24(2), 272-282. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3093/309326586004.pdf>
- Zaldivar Sanuán, R. (enero de 2024). Criticas constructivas a la educación emocional. *Teoría de la Educación, Revista interuniversitaria [en línea]*, 36(1), 97. doi:<https://doi.org/10.14201/teri.30261>

Anexos

Anexo A

Formato Plan de clase

**Institución Universitaria CESMAG, Facultad De Educación, Programa de Licenciatura en
Educación Física, Formato Plan de clase**

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS:				
ESPACIO PARA EL ESCUDO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA:		
		DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA	TELEFONO:	
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE				
SALUDO: DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN:		PROYECTO DE ESCUCHA: MATERIALES:		
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO				
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO:		TIPO DE CLASE:	FECHA:	HORA:
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR:		GRADO:	SESIÓN No.	
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE				
COMPETENCIA MOTRIZ		COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA	
DESARROLLO MOTOR:		CUIDADO DE Sí:	LENGUAJES CORPORALES:	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I				
F.C				
F.F				
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL		PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				

Observaciones:

Firma estudiante- maestro

firma asesor -tutor

Anexo B*Formato Validación de instrumentos de recolección cualitativa*

Juez _____ o Experto _____

Nombre: Daniel Armando Velasco Melo

Profesión u Ocupación: Psicólogo - Docente T.C. Programa de Psicología

IDENTIFICACIÓN:

Fecha:	
Investigadores	
Asesor	
Título de la investigación	
Población Sujeto	
Objetivo General	
Objetivos Específico	
Categorías Deductivas	
Línea de Investigación	
Tipo de Técnica:	a) Observación y Participación: ____ b) Conversación: ____ c) Conversación y Narrativas: ____ d) Conversación Grupal: ____
Herramienta:	

VALORACIÓN

Cráterios	Bien	Regular	Mal	Observación
Suficiencia (Las preguntas cubren de manera suficiente las categorías deductivas y atienden a la Población)				
Pertinencia (Las preguntas se ajustan alas categorías deductivas y atienden a la Población)				
Claridad (Las preguntas se encuentran bien redactadas)				
Coherencia total del instrumento				

OBSERVACIONES**CONCEPTO**

Favorable		Desfavorable	
------------------	--	---------------------	--

(Firma)

CC:

Anexo C

Criterios Árbol de Problemas

CRITERIOS ARBOL DE PROBLEMAS				
NOMBRE DEL PROYECTO	FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL, MEDIANTE EL TENIS DE MESA, EN LOS ESTUDIANTES DEL AULA INTEGRADA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL SAN JOSÉ BETHLEMITAS, PASTO.			
Departamento	Nariño			
Municipio	Pasto			
Estudiantes	CRISTIAN ALEJANDRO DELGADO URBANO			
Objetivos	<p>GENERAL</p> <p>Contribuir al fortalecimiento de la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p> <p>Caracterizar la competencia emocional de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto. (Técnica <u>Árbol</u> de problemas)</p> <p>Implementar el tenis de mesa, para el fortalecimiento de competencias personales y competencias sociales, en el grupo sujeto de estudio. (Técnica Observación)</p> <p>Analizar los efectos del tenis de mesa sobre la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto. (Técnica mapa parlante)</p>			
Unidad De Análisis	El proyecto de investigación se realizó con los estudiantes los grados 5 de primaria y 8 de bachillerato, el número total es de 20 estudiantes con edades comprendidas entre los 11 y 13 años de edad. <u>en</u> su mayoría pertenecen a los estratos 1 y 2 según el SISBEN.			
CATEGORIA Educación emocional	SUBCATEGORIAS	Competencias Personales	Autoconfianza	
		Competencias sociales	Autocontrol	
			Empatia	
			Tolerancia	
Items De Evaluación	Bueno (B)	Regular (R)	Malo (M)	
Criterios de observación		B	R	M
¿Cuál es tu reacción en momentos de tensión?				
¿En qué situaciones Tratas de complacer a otros antes de Complacerte a ti mismo?				
¿Cuándo te sientes exageradamente confiado de ti mismo?				
¿Cuándo te sientes inferior que los demás al desarrollar una actividad?				
¿Qué haces para entablar nuevas amistades?				
¿Cómo te sientes cuando tus compañeros te dicen que no Eres bueno para hacer algo?				
¿Cómo reaccionas cuando alguien se burla de ti?				

¿Qué haces cuando alguien no toma en cuenta tu opinión?			
¿Cómo te sientes al ver a otro no poder realizar una Actividad?			
¿Cuándo observas una situación que molesta al otro, como Tratas de ayudarlo?			
¿Cómo crees que puedes ayudar a tus compañeros cuando Están tristes o de mal humor?			
¿Cómo reaccionas si otra persona piensa diferente?			
¿Cómo demuestras que te interesa la opinión de otras Personas?			
¿Qué haces si alguien se comporta injustamente con otra Persona o contigo?			

Anexo D

Criterios Observación participante

CRITERIOS DE OBSERVACION			
NOMBRE DEL PROYECTO	FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACION EMOCIONAL, MEDIANTE EL TENIS DE MESA, EN LOS ESTUDIANTES DEL AULA INTEGRADA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MUNICIPAL SAN JOSE BETHLEMITAS, PASTO.		
Departamento	Nariño		
Municipio	Pasto		
Estudiantes	CRISTIAN ALEJANDRO DELGADO URBANO		
Objetivos	<p>GENERAL</p> <p>Contribuir al fortalecimiento de la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p> <p>Caracterizar la competencia emocional de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p> <p>Implementar el tenis de mesa, para el fortalecimiento de competencias personales y competencias sociales, en el grupo sujeto de estudio.</p> <p>Analizar los efectos del tenis de mesa sobre la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p>		
Unidad De Análisis	El proyecto de investigación se realizó con los estudiantes los grados 5 de primaria y 6 de bachillerato, el número total es de 20 estudiantes con edades comprendidas entre los 11 y 13 años de edad. en su mayoría pertenecen a los estratos 1 y 2 según el SISBEN.		
CATEGORIA Educación emocional	SUBCATEGORIAS	Competencias Personales	Autoconfianza
		Competencia social	Autocontrol
Items De Evaluación	Bueno (B)	Regular (R)	Empatía
			Malo (M)
Criterios de observación		B	R
Evidencia libertad de acción?			
Se observa que se fía de sus talentos y habilidades para <u>afrontar</u> el día a día?			
Se la observa segura?			
Reconoce sus cualidades?			
Se la observa insegura?			
Puede pedir con serenidad lo que desea o necesita?			
Puede expresar su opinión con respeto?			
Puede expresar su desacuerdo de manera respetuosa?			
Actúa pensando en los resultados de su conducta?			
Actúa pensando en los resultados de su conducta?			
Espera su turno?			

Comparte sus sentimientos y emociones con los demás?			
Comprende al otro sin contagiarse de sus sentimientos y Emociones?			
Tiene en cuenta los sentimientos de los demás a la hora de Actuar?			
Puede defender a otra persona?			
Respeto al otro?			
Mantiene una actitud de ayuda y de servicio?			
Comprende los motivos y conductas de los demás?			
Está atento a las opiniones de los demás sin juzgarlos?			
Trata al otro con respeto?			
Se lleva bien con sus compañeros?			
Reconoce los derechos de los demás?			

Anexo E

Criterios Mapa Parlante

PREGUNTAS ORIENTADORAS				
NOMBRE DEL PROYECTO	FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACION EMOCIONAL, MEDIANTE EL TENIS DE MESA, EN LOS ESTUDIANTES DEL AULA INTEGRADA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL SAN JOSÉ BETHLEMITAS, PASTO.			
Departamento	Nariño			
Municipio	Pasto			
Estudiantes	CRISTIAN ALEJANDRO DELGADO URBANO			
Objetivos	<p>GENERAL Contribuir al fortalecimiento de la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p> <p>Caracterizar la competencia emocional de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p> <p>Implementar el tenis de mesa, para el fortalecimiento de competencias personales y competencias sociales, en el grupo sujeto de estudio.</p> <p>Analizar los efectos del tenis de mesa sobre la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.</p>			
Unidad De Análisis	El proyecto de investigación se realizó con los estudiantes los grados 5 de primaria y 6 de bachillerato, el número total es de 20 estudiantes con edades comprendidas entre los 11 y 13 años de edad. en su mayoría pertenecen a los estratos 1 y 2 según el SISBEN.			
CATEGORIA Educación emocional	SUBCATEGORIAS	Competencias Personales	Autoconfianza	
		Competencia social	Autocontrol	
			Empatía	
			Tolerancia	
Items De Evaluación	Bueno (B)	Regular (R)	Malo (M)	
Criterios de observación		B	R	M
¿Cuándo uno de tus compañeros pierde un juego que emoción te invade y que haces con ella?				
¿Cuándo sientes que estás perdiendo como lo expresas?				
¿En qué lugares te sientes confiado para jugar tenis de mesa?				
¿Cofias en las decisiones que tomas en lapsos cortos de tiempo.?				
¿Cómo te sientes cuando enfrentas a una persona que posiblemente tenga más experiencia en la práctica deportiva?				
¿Cómo te sientes cuando puedes controlar tus emociones?				

¿Cómo te sientes cuando puedes controlar la influencia negativa que hallas experimentando en otro entorno y guardar la calma en el juego?			
¿Cuándo controlas tu fuerza y canalizas los nervios para tomar decisiones rápidas, que emoción sientes?			
¿Cómo te sientes cuando ves a un amigo tuyo que no puede canalizar los nervios y va perdiendo?			
¿Cómo puedes comprender la tensión de tu compañero?			
¿Qué haces cuando sientes que puedes ayudar a otro en la toma de decisiones?			
¿Cuándo oyes a un compañero burlarse de otro que haces?			
¿Cómo te sientes cuando necesitas ayuda de otro?			
¿Cuál es tu reacción si te encuentras en una situación de bullying hacia algún compañero o hacia tí?			

Anexo F

Consentimiento informado Padres de familia

San Juan de Pasto, febrero 2018

Señores

PADRES DE FAMILIA

Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas

Pasto

Cordial saludo.

Por medio de la presente me permito solicitar su autorización y consentimiento para la participación de su hijo en el proyecto de investigación “Fortalecimiento de la Educación Emocional mediante el tenis de mesa en los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas de la ciudad de San Juan de Pasto”,

Dicho proyecto cuenta con las siguientes características:

Objetivo: Contribuir al fortalecimiento de la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto.

Procedimiento: Previa autorización de la institución y consentimiento informado por parte de los padres y el (la) adolescente, debidamente firmado, se procederá a aplicar los siguientes instrumentos de manera anónima en las instalaciones de la institución, cuya contestación dura aproximadamente 30 a 40 minutos.

Agradeciendo su atención,

Cristian Alejandro Delgado Urbano

Teléfono: 318 553 4392

Correo electrónico: cristian.urban1085@gmail.com

Anexo G

Consentimiento informado

Consentimiento informado

Nosotros: Roció Tumbaquí, identificado(a) con la cédula de ciudadanía número 36.757.187 de Pasto, en calidad de progenitor(a)_x_ tutor(a) legal, deseo manifestar a través de este documento, que fuimos informados suficientemente y comprendemos la justificación, los objetivos, los procedimientos y las posibles molestias y beneficios implicados en la participación de nuestro hijo(a), en el proyecto de investigación: “Fortalecimiento de la Educación Emocional mediante el tenis de mesa en los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas de la ciudad de San Juan de Pasto”, que se describe a continuación:

Equipo De Investigación

El equipo lo conforman: Cristian Alejandro Delgado Urbano, la Facultad de Educación de la Universidad CESMAG.

Objetivo: Contribuir al fortalecimiento de la educación emocional, de los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas, Pasto

Procedimiento:

Contestar unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, cuya contestación dura aproximadamente 30 – 40 minutos. Nuestro hijo se compromete a contestar sinceramente para que la investigación arroje resultados válidos.

Participación Voluntaria

La participación de nuestro hijo(a) en este estudio es completamente voluntaria, si él o ella se negara a participar o decidiera retirarse, esto no le generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social. Si lo desea, nuestro hijo(a) informaría los motivos de dicho retiro al equipo de investigación.

Confidencialidad

La información suministrada por nuestro hijo(a) **será confidencial**. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar su nombre o datos de identificación. Se mantendrán los cuestionarios y en general cualquier registro en un sitio seguro. En bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno. Así se guardará el secreto profesional de acuerdo con lo establecido en la Ley 1090 de 2006, que rige el ejercicio de la profesión de psicología en Colombia.

Así mismo, declaramos que fuimos informados suficientemente y comprendemos que tenemos derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que mi hijo(a) o nosotros tengamos sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; que mi hijo(a) y nosotros tenemos el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que mi hijo(a) tiene en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales hemos hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, nos permitimos informar que consentimos, de forma libre y espontánea, la participación de nuestro hijo(a) en el mismo.

Este consentimiento no inhibe el derecho que tiene mi hijo(a) de ser informado(a) suficientemente y comprender los puntos mencionados previamente y a ofrecer su asentimiento informado para participar en el estudio de manera libre y espontánea, por lo que entiendo que mi firma en este formato no obliga su participación.

En constancia de lo anterior, firmamos el presente documento, en la ciudad de Pasto, el día 20, del mes febrero de 2018,

Firma Rocío Tumbaquí

C. C. No. 36.757.187 de Pasto

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)	CÓDIGO: AAC-BL-FR-032
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

San Juan de Pasto, marzo 5 de 2025

Biblioteca
REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.
Universidad CESMAG
Pasto

Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente, se hace entrega del Trabajo de Grado / Modalidad Proyecto Pedagógico, denominado: "FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL MEDIANTE EL TENIS DE MESA EN LOS ESTUDIANTES DEL AULA INTEGRADA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL SAN JOSÉ BETHLEMITAS DE LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO", presentado por el CRISTIAN ALEJANDRO DELGADO URBANO del Programa Académico de Licenciatura en Educación Física, al correo electrónico biblioteca.trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor(a), que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,



MARLY CARRERA GUEVARA

Número de documento: 59814445 de Pasto

Programa académico: Licenciatura en Educación Física

Teléfono de contacto: 3002056864

Correo electrónico: macarrera@unicesmag.edu.co

 UNIVERSIDAD CESMAG <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small>	AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL	CÓDIGO: AAC-BL-FR-031
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)	
Nombres y apellidos del autor: Christian Alejandro Delgado Urbano	Documento de identidad: 1085304892
Correo electrónico: Cristian.urban1085@gmail.com	Número de contacto: 3185534392
Nombres y apellidos del autor:	Documento de identidad:
Correo electrónico:	Número de contacto:
Nombres y apellidos del autor:	Documento de identidad:
Correo electrónico:	Número de contacto:
Nombres y apellidos del autor:	Documento de identidad:
Correo electrónico:	Número de contacto:
Nombres y apellidos del asesor: MARLY CARRERA GUEVARA	Documento de identidad: 59814445
Correo electrónico: macarrera@unicesmag.edu.co	Número de contacto: 3002056864
Título del trabajo de grado: Fortalecimiento de la Educación Emocional mediante el tenis de mesa en los estudiantes del aula integrada de la Institución Educativa Municipal San José Bethlemitas de la ciudad de San Juan de Pasto.	
Facultad y Programa Académico: facultad de Educación, programa Licenciatura en Educación Física	

En mi (nuestra) calidad de autor(es) y/o titular (es) del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, confiero (conferimos) a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento, abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el término en el que el (los) firmante(s) del presente documento conserve (mos) la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que deje (mos) de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, me (nos) comprometo (comprometemos) a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de mi(nuestra) parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco(conocemos) que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	<p>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</p>	<p>CÓDIGO: AAC-BL-FR-031</p>
		<p>VERSIÓN: 1</p>
		<p>FECHA: 09/JUN/2022</p>

estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.

- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, acepto(amos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Acepto (aceptamos) que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renuncio(amos) a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
- d) Manifiesto (manifestamos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostento(amos) los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumo(asumimos) toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndose indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de(los) autor(es) y la fecha de publicación.
- e) Autorizo(autorizamos) a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

NOTA: En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autor(es) garantizo(amos) que he(hemos) cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejo(dejamos) constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizo(autorizamos) la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permiso(permitimos) que mi(nuestro) Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 05 días del mes de __marzo__ del año __2025__

	<p>Firma del autor</p>
<p>Firma del autor</p>	
<p>Nombre del autor: Christian Alejandro Delgado Urbano</p>	<p>Nombre del autor:</p>



UNIVERSIDAD
CESMAG
NIT: 800.109.387-7
VIGILADA MINEDUCACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL

CÓDIGO: AAC-BL-FR-031

VERSIÓN: 1

FECHA: 09/JUN/2022

Firma del autor

Firma del autor

Nombre del autor:

Nombre del autor:

Nombre del asesor: MARLY CARRERA GUEVARA