



DESARROLLO DE UNA PROPUESTA DE MINIATLETISMO EN LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO ANTONIO MOLINA:
UNA SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS.

Jhon Ricardo Miranda Vargas.

Código: 0738504

Universidad del Valle
Instituto de Educación y Pedagogía
Licenciatura en Educación Física y Deportes.

2018



Desarrollo de una propuesta de miniatletismo en la institución educativa Pedro Antonio
Molina: Una sistematización de experiencias.

Jhon Ricardo Miranda Vargas.

Código: 0738504

Director:

Wildebrando Miranda Vargas

Universidad del Valle

Instituto de Educación y Pedagogía

Licenciatura en educación física y deportes.

2018

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	6
INTRODUCCIÓN	7
1. ASPECTOS GENERALES	10
1.1 Antecedentes	10
1.2 Problemática	12
1.3 Justificación	14
1.4 Objetivo	16
1.4.1 Objetivo General	16
1.4.2 Objetivos específicos	16
2. MARCO DE REFERENCIA	18
2.1 Marco Legal	18
2.2 Referentes Conceptuales	21
2.2.1 El aporte de Piaget al desarrollo psicomotor	22
2.2.2 La educación física desde un referente curricular	23
2.2.3 El Mini atletismo en el contexto de la IAAF	28
3. METODOLOGIA	38
3.1 La investigación acción	38
3.2 La sistematización de experiencias	39
3.3 La propuesta de los cinco tiempos	40
4. LOS CINCO TIEMPOS: DESCRIPCIÓN Y ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA	43
4.1 El punto de partida	43
4.2 Las preguntas iniciales	43
4.3 Recuperación del proceso vivido	46
4.4 La reflexión de fondo	62
4.5 Los puntos de llegada	66
5. CONCLUSIONES	69
6. BIBLIOGRAFIA	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

1.	Tipos de estaciones sugeridas en el miniatletismo según las edades de los niños.	32
2.	Evaluación de las actividades lúdico-deportivas programadas en el año lectivo 2009-2010.	49

LISTA DE FIGURAS

1.	Ejemplo de habilidad de Correr: Carrera de 8’	34
2.	Ejemplo de habilidad de Saltar: Saltos en sentadillas hacia delante.	35
3.	Ejemplo de la habilidad de lanzar: Lanzamiento arrodillado	36
4.	Fotos del evento Spiridon 2011.	51
5.	Foto de niños en evento de competencia de atletismo a nivel de inter-sedes. Cancha del Barrio San Luis-Cali.	52
6.	Foto de inscripción para la competición categoría A y B competición departamental. Juegos Supérate con el Deporte. 2012.	53
7.	Foto evento festivales escolares. Supérate con el Deporte 2013. Estadio Pedro Grajales. Reconocimiento de incentivos al colegio por mayor participación.	54
8.	Foto Trabajo con niños después del proceso de cualificación en miniatletismo. Se emplearon las herramientas e indumentaria de la IAAF	55
9.	Foto de docentes y entrenadores en el evento de miniatletismo. 2014	56
10.	Foto Festival Escolar Supérate con el Deporte 2014. Estadio Pedro Grajales. Sesión lúdica de calentamiento con música	56
11.	Foto estudiante del Pedro Antonio Molina en trabajo de salto. Festival escolar. Supérate con el deporte 2015. Cali.	57
12.	Foto Calentamiento para inicio de Festival de la convivencia	59
13.	Foto tomada durante el receso del refrigerio en el festival de la Convivencia..	60
14.	Foto Aero -rumba en la finalización del festival de la convivencia	61



INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA
Subdirección Académica

**ACTA DE EVALUACIÓN DE TRABAJO
DE GRADO**

Programa Académico

Fecha

Licenciatura Educación Física y Deportes

Día	Mes	Año
6	SEPTIEMBRE	2018

Título del Trabajo o Proyecto de Grado

Desarrollo de una propuesta de miniatletismo en la Institución Educativa Pedro Antonio Molina: Una sistematización de experiencias.

Se trata de:

Proyecto

RESUMEN

El siguiente trabajo presenta una sistematización de experiencias de miniatletismo, desarrollada en una institución educativa de la ciudad de Cali. Se llevó a cabo en el colegio Pedro Antonio Molina de carácter oficial con docentes y estudiantes de la educación básica primaria de grados segundo, tercero, cuarto y quinto cuyas edades oscilan entre 7 y 12 años. El objetivo principal es poder generar un espacio de reflexión sobre el desarrollo de actividades de miniatletismo entre la comunidad de docentes encargados de la educación física en educación primaria.

La pregunta que orientó el trabajo fue la siguiente ¿Qué elementos en el contexto de la propuesta de Miniatletismo de la IAAF pueden potenciar la sistematización de una experiencia en el colegio Pedro Antonio Molina de la ciudad de Cali?

Metodológicamente se utilizó la Investigación Acción (IA) para poder entender de una manera más amplia el sentido de las actividades propuestas, complementando los análisis con el aporte de la propuesta de sistematización de experiencias de Oscar Jara denominada los cinco tiempos.

En las conclusiones, se muestra que una amplia gama de actividades a través del miniatletismo con una orientación conceptual definida, podría propiciar en los docentes no sólo espacios de reflexión sobre las prácticas deportivas en la educación primaria, sino acciones precisas que propician cambios reales en las dinámicas institucionales, sobre todo en la idea de fortalecer las clases de educación física y los proyectos transversales como el Uso del tiempo libre.

Palabras clave: miniatletismo, sistematización de experiencias, uso del tiempo libre.

INTRODUCCIÓN

Desde el año 2001, la IAAF -*International Association of Athletics Federation* - desarrolló una propuesta de atletismo para niños que enfatizaba en un componente más lúdico que de competición. En Colombia, comenzó a tener acogida como propuesta de trabajo en muchos colegios y en diversos centros de iniciación deportiva. Dicha propuesta presenta ciertas bondades al acercar a los niños de edades comprendidas entre 7 y 12 años a diversas formas de trabajo corporal que enfatiza en las habilidades de correr, saltar y lanzar.

En este trabajo se retoma la propuesta de la IAAF como base para sistematizar una experiencia que se desarrolla en el colegio Pedro Antonio Molina de la ciudad de Cali desde el año 2014.

En el capítulo I se encuentran los aspectos generales del trabajo entre los cuales están los antecedentes, la problemática, la justificación y los objetivos. Se recalca en esta primera parte la importancia de la sistematización realizada, por pretender ser un aporte para los docentes de educación primaria que deben dar educación física y que quizás puedan encontrar una alternativa en el miniatletismo para propiciar el desarrollo en los estudiantes de distintas competencias.

En el Capítulo II se presenta el marco de referencia constituido por un marco legal, un referente conceptual fundamentado en una perspectiva interaccionista del conocimiento desde algunos de los desarrollos teóricos de Jean Piaget, unos referentes curriculares que hacen énfasis en la importancia de competencias en educación física tales como la motriz, la expresiva corporal y la axiológica corporal. Igualmente se muestran las características principales del miniatletismo en el contexto de la IAAF.

En el capítulo III se desarrolla la metodología, la cual se basa en la investigación acción y en la sistematización de experiencias, donde se retoma la propuesta desarrollada por Jara (1994) que estructura la sistematización en cinco tiempos: el punto de partida, las preguntas iniciales, la recuperación del proceso vivido, la reflexión de fondo y los puntos de llegada.

En el capítulo IV, tomando como estructura, la propuesta de los cinco tiempos, se describe la experiencia y se realizan los análisis. Se toma como punto de partida los relatos de un par de docentes que dan origen al proceso narrativo de la experiencia y se continua con el momento de la reflexión fundamentado en la pregunta ¿por qué pasó lo que pasó?

Finalmente se presentan las conclusiones del trabajo donde se insiste en la potencialidad del miniatletismo como propuesta de participación masiva y que complementaría los distintos acercamientos que se pueden hacer en la clase de educación física. Se dejan algunas cuestiones abiertas en términos de preguntas sobre la viabilidad del miniatletismo en distintos contextos de implementación.

CAPITULO I

1. ASPECTOS GENERALES

En el presente capítulo se darán a conocer los principales aspectos del informe final. Se muestran los antecedentes que se tomaron como referencia, se plantea la problemática y los objetivos, como también la justificación que enumera cinco argumentos de diversa naturaleza sobre la importancia del trabajo.

1.1 Antecedentes

El miniatletismo es una propuesta que se popularizó con la IAAF en el año 2001, para niños de edades comprendidas entre 7 a 12 años. De allí en adelante comenzó a popularizarse en muchas escuelas. Al realizar una búsqueda de trabajos sobre miniatletismo a nivel del trabajo escolar, no es muy amplia la literatura y en muchas ocasiones los antecedentes caen más bajo la categoría de iniciación deportiva. A continuación, se reseñan 3 trabajos que se consideraron relevantes para el presente informe. Uno a nivel local y los otros dos a nivel internacional.

A nivel local se encontró un trabajo denominado “La importancia de los juegos pre deportivos en el mejoramiento de las habilidades motoras básicas requeridas en el aprendizaje del Atletismo” del año 2014. Aunque el trabajo no aborda propiamente el miniatletismo, su foco de atención sí está centrado en juegos predeportivos para niños de 8 a 10 años. Básicamente se proponen algunas actividades lúdicas con el objetivo de incentivar la práctica deportiva del atletismo en dichas edades y pone un marcado énfasis en la importancia del juego, el cual se toma como uno de los elementos centrales del marco teórico. Las actividades propuestas se realizan a manera de una guía didáctica estructurada en habilidades de velocidad, resistencia, coordinación y fuerza. En las conclusiones se llama la atención sobre la pertinencia de tener en cuenta tanto la edad como las habilidades motrices básicas para el diseño e implementación de un plan de entrenamiento para el futuro atleta.

Otro trabajo titulado “Propuesta metodológica para la enseñanza de atletismo en la institución educativa oficial Eustaquio Palacios en los grados 1-2-3 de básica primaria en la comuna 20 (Cali)”, presenta una metodología para la enseñanza del atletismo como actividad del desarrollo motriz del niño. También se pone de manifiesto ejercicios de la gimnasia básica, siendo a su vez de vital importancia para mejorar las habilidades motrices, al ser el atletismo un deporte base; posibilita además la preparación para la práctica de otros deportes. También se utilizó la enseñanza del atletismo por medio de juegos para una adecuada asimilación en los niños y una mejora de las cualidades motrices básicas.

A nivel internacional, se encontró un trabajo realizado en el país de Ecuador, llamado “Plan de capacitación en miniatletismo, para los entrenadores de la Federación deportiva de la Provincia de Santa Elena, del año 2013”.

La capacitación que se hace del miniatletismo a los profesores se promueve como un modelo de iniciación deportiva de los niños que fundamentalmente busca la motivación en cada clase, donde se muestra el atletismo de una manera instructiva, accesible y atractiva. Dicha propuesta tiene un sustento teórico desde aspectos cognitivos, motrices, afectivos y sociales de los niños hasta los 12 años. La metodología se basó en un enfoque cualitativo basado en dos soportes, uno el histórico lógico, el cual aportó elementos para la indagación sobre los fundamentos del miniatletismo y el analítico sintético, que sirvió para analizar las fuentes bibliográficas. Las técnicas de recolección de datos se basaron primordialmente en entrevistas, encuestas y guías de observación, que permitieron tener los elementos necesarios para la elaboración de la propuesta de capacitación a los docentes. Dentro de las conclusiones principales se resalta la importancia de tener en cuenta distintos elementos deportivos mostrados en el marco teórico y que potencian una mirada del miniatletismo más cercana a los intereses de los niños.

Estos trabajos citados revisten importancia desde varios puntos de vista:

En primer lugar, desde la amplia gama de actividades fundamentadas que plantean para la práctica del atletismo en niños, las cuáles sirven de alternativas complementarias a las

presentadas en la propuesta de la IAAF. En segundo lugar, por los referentes metodológicos que dan pistas de cómo orientar paso a paso las actividades que se sustentan en los procesos de saltar, lanzar y correr. No obstante que para la fundamentación de este trabajo, resulta pertinente otro elemento caracterizado por la sistematización de experiencias, en las cuales, los trabajos referenciados no hacen ningún hincapié, pero precisamente se espera brindar dicho aporte, para que cualquier maestro de educación física de edades iniciales, sobre todo de educación primaria, puedan tener un referente de cómo estructurar una sistematización de experiencias fundamentada desde la práctica del miniatletismo.

1.2 Problemática

Gran parte del tiempo que se dedica a la clase de educación física se fundamenta en la enseñanza de los juegos deportivos. (Werner y Almond, 1990; Turner y Martinek, 1992). Es común ver, por ejemplo, que los planes de área de las instituciones educativas se estructuran por periodos donde en cada uno de ellos se hace énfasis en alguno de los deportes de competición (fútbol, atletismo, voleibol, baloncesto, natación, etc). Thorpe y Bunker (1983), a su vez, indican que muchos de los profesores hacen énfasis en el aspecto competitivo debido a la manera en cómo ellos fueron entrenados y esto ocasiona en muchos de los estudiantes un estado de frustración ante la incompetencia de no poder alcanzar los niveles exigidos en las distintas competencias deportivas.

Este énfasis tan marcado en la competición ha alejado la educación física de muchos estudiantes que no ven demasiado constructiva dicha práctica. Un estudio realizado por Armstrong (1988) encontró que un 60% de los escolares encontraban el deporte como un elemento irrelevante dentro del colegio (citado por Valero, 2006). Y actualmente, los acercamientos a la práctica deportiva ponen más énfasis en el desarrollo social de la persona que en la competición como tal. Este último foco puede visualizarse incluso desde los propios lineamientos curriculares de la educación física en Colombia:

Se reconoce la educación física, recreación y deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica), y no sólo en una de ellas. (MEN, 2002, p. 4)

Esta nueva interpretación exige que las distintas actividades que se propongan para la clase de educación física en los colegios abarquen las múltiples dimensiones de la persona y coherente con ello, se hace necesario que los profesores tengan una visión mucho más amplia, que además de trascender a la idea de competición, pueda promover espacios de participación conjunta en un ambiente lúdico y de desarrollo de distintos tipos de habilidades sociales, emocionales y motoras.

El caso de la propuesta del Mini atletismo de la IAAF (Internacional Association of Athletics Federation) ciertamente podría cumplir con algunas de las premisas anteriormente esbozadas, pues su razón de ser se instala en un ambiente más puramente lúdico que competitivo. La competencia no deja de existir, pero se redimensiona con la importancia de otros factores como el trabajo equipo, el esfuerzo colectivo y el bienestar común.

Para el caso particular de este trabajo, se pudo observar que el colegio Pedro Antonio Molina de la ciudad de Cali, llevaba aplicando la propuesta de Mini atletismo de la IAAF desde el año 2014 y se percibió la necesidad de sistematizarla pues cumplía con ciertos requisitos para ser parte de una experiencia que se pudiera compartir con distintos docentes e instituciones. Uno de dichos requisitos era que proponía distintas actividades a manera de festivales escolares con 3 elementos fundamentales del atletismo: Correr, saltar, lanzar. Es decir, no solo se limitaba al aspecto de Correr que ha sido muy tradicional en muchas de las escuelas del medio. Además, implicaba un acercamiento lúdico, que a pesar de que se hacía a manera de competencias, enfatizaba más en el trabajo en equipo, el compartir con otros y la integración entre estudiantes, docentes y padres de familia.

En este sentido, se propuso el siguiente interrogante:

¿Qué elementos en el contexto de la propuesta de miniatletismo de la IAAF pueden potenciar la sistematización de una experiencia en el colegio Pedro Antonio Molina de la ciudad de Cali?

Se planteó igualmente como hipótesis, que un trabajo en equipo bien direccionado desde la idea de Festivales escolares emanados de la propuesta de miniatletismo de la IAAF, puede ayudar a fundamentar curricularmente una práctica deportiva con la perspectiva social que plantean los Lineamientos Curriculares de Educación Física (2002).

1.3 Justificación

Existen varias razones por las cuáles se realizó este trabajo de grado:

La primera porque representa una serie de elementos vivenciales en torno a la práctica deportiva del miniatletismo tanto a nivel conceptual como metodológico que pueden llegar a nutrir el trabajo en la clase de educación física e inclusive que puede utilizarse como forma de trabajo en propuestas sobre uso del tiempo libre.

La segunda tiene que ver con la necesidad percibida en la institución educativa Pedro Antonio Molina de propiciar espacios de integración y sano entretenimiento para los niños, dado que el sector donde ellos pertenecen presentan fuertes problemas de desintegración familiar, violencia, drogadicción, embarazos tempranos y una serie de fenómenos que no facilitan la incorporación plena de los estudiantes en el mundo social, por lo cual se ha pensado que un nuevo replanteamiento de cómo los estudiantes emplean su tiempo libre podría ayudar a que exploraran actividades más sanas no sólo para ellos sino para su comunidad.

La tercera, porque desde hace más o menos 20 años los docentes de primaria, por un lado, y los de secundaria, por otro, vienen reclamando ante distintas instancias estatales el nombramiento de docentes especializados en educación física para el caso de la educación básica primaria. Ante la ausencia de soluciones en esta vía, se ha optado por realizar

procesos de autoformación realizando conexiones con las distintas ligas deportivas en la ciudad de Cali, para intentar hacer un trabajo sólido con los niños. Ha sido un argumento transversal en distintos escenarios el que es necesario que los niños reciban una educación física distinta a la ya repetida frase “*coger un balón y ponerse a jugar*”. Sin embargo, los entes administrativos han sido muy demorados y poco críticos en tomar seriamente este asunto, razón por la cual es importante realizar un proceso de formación para los docentes que actualmente laboran en primaria.

La cuarta, porque el atletismo, a pesar de ser considerado el deporte base, ha dejado de existir en muchas de las prácticas deportivas de la educación física en los colegios de la ciudad de Cali, específicamente en aquellos de carácter oficial. Sólo desde hace 6 años aproximadamente, se han venido fomentando actividades que propicien acercamientos a este deporte principalmente mediante la participación en distintos eventos de los cuales mencionamos: la carrera Spiridon 2011, la media maratón de Cali que en una de sus versiones ha podido incluir una carrera de tipo recreativo, la carrera internacional Rio Cali, The Color Run y Súperate con el Deporte. Este último que ha despertado un gran interés en los niños y del cual se ha logrado tener una buena participación.

La quinta y muy importante, porque en los últimos dos años, hemos sentido que las ligas deportivas han vuelto a mirar el papel crucial que desempeñan las instituciones educativas no sólo en la formación de deportistas a manera de semilleros sino como espacios de socialización donde se beneficia una gran población sobre todo de los sectores más vulnerables, y se desea aprovechar dicha oportunidad para fomentar espacios de integración con dichas ligas especialmente en el caso del atletismo, deporte que consideramos, debería ser más visible en las prácticas deportivas escolares de nuestros niños y jóvenes.

Por lo tanto, este trabajo es una invitación a incentivar la práctica del miniatletismo en las instituciones educativas, donde se motiva a los docentes de educación física, particularmente de la educación primaria, a que puedan tener elementos para fundamentar una práctica deportiva que puede llegar a ser interesante y tener algún tipo de impacto social en la comunidad educativa.

1.4 Objetivos

1.4.1 General

Determinar algunos elementos fundamentales en la sistematización de una experiencia de miniatletismo de la institución Pedro Antonio Molina de la ciudad de Cali.

1.4.2 Específicos

Incluir el miniatletismo en una propuesta curricular de educación física en la institución educativa Pedro Molina.

Incentivar en estudiantes y profesores la práctica del miniatletismo en la educación primaria como un espacio de motivación y desarrollo de distintas habilidades psicomotrices.

Brindar pautas para que los docentes tengan herramientas para sistematizar una experiencia desde el punto de vista de la práctica de la educación física en las escuelas.

CAPITULO II

2. MARCO DE REFERENCIA

2.1 Marco legal.

Son varios las leyes, decretos y resoluciones existentes en Colombia y que reglamentan y orientan de alguna manera la práctica deportiva, recreativa y del uso del tiempo libre, tanto como derecho fundamental de los ciudadanos como práctica pedagógica en las instituciones educativas. No obstante, sólo se mencionan algunos de ellos que brindan un panorama sobre el marco legal de la política existente en Colombia:

De la Constitución política de Colombia se citan los artículos 44, 52 y 67 que establecen la educación física articulada con el derecho fundamental a la recreación y el deporte que tienen los ciudadanos colombianos. Como hecho notorio resalta la modificación al artículo 52, pues intentaba precisar la importancia de tener un control y vigilancia sobre los entes encargados de desarrollar distintos programas deportivos, recreativos y del uso del tiempo libre.

Artículo 44. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia.

Artículo 52.

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.

El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

Artículo 67. La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social: con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.

De la Ley general de educación (Ley 115 de 1994), se citan los artículos 5, 14, 16, 21 y 204 que establecen la obligatoriedad de la educación física como área dentro del currículo y plantea distintos objetivos de acuerdo a los tres niveles de estudio establecidos por la ley 115 (Educación preescolar, educación básica (primaria y secundaria), educación media):

Artículo 5o. Fines de la educación. la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Artículo 14. Enseñanza obligatoria. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media, cumplir con:

b) El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo.

Artículo 16. Objetivos específicos de la educación preescolar.

Son objetivos específicos del nivel preescolar:

f) La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos;

Artículo 21. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria.

i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

Artículo 22. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria:

ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

Artículo 204. Educación en el ambiente. Son objetivos de esta práctica:

a) Enseñar la utilización constructiva del tiempo libre para el perfeccionamiento personal y el servicio a la comunidad.

b) Fomentar actividades de recreación, arte, cultura, deporte y semejantes, apropiados a la edad de los niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad

Se puede citar también la Ley 181 de 1995 que fomenta el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y estableció las directrices para crear el Sistema Nacional del Deporte. Sin embargo, esta ley ignoró un poco el papel de la educación física, a pesar de que intentaba materializar lo dispuesto en el artículo 52 de la Constitución política de Colombia. (González, 2006).

De la ley 934 de 2002, se citan los siguientes artículos, que intentaban crear articulaciones al interior de las instituciones educativas entre los PEI, los planes de área de educación física y los proyectos transversales. Al igual que intentaba crear articulaciones externas con la comunidad a través de los Centros de Iniciación y formación deportiva.

Artículo 2°.

Todo establecimiento educativo del país deberá incluir en su Proyecto Educativo Institucional, PEI, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Dichos proyectos se desarrollarán en todos los

niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa.

Artículo 5°.

Para propender al desarrollo de la Educación Física en la comunidad, partiendo de la base de la población infantil escolar como extraescolar, se adoptarán y fortalecerán los Centros de Educación Física que articulen sus servicios con los programas establecidos en el Proyecto Educativo Institucional, PEI, de los establecimientos educativos. En igual forma se procederá, respecto de los Centros de Iniciación y Formación Deportiva, adscritos a los entes deportivos municipales.

Parágrafo 2°.

El Programa de Centros de Iniciación y Formación Deportiva es de carácter formativo extracurricular y complementa la formación física y deportiva de la población infantil, contribuyendo a su desarrollo motor, en las distintas etapas de crecimiento (iniciación y formación).

Los planes decenales de educación (2006 a 2016, y 2016 a 2026) a pesar de no tener artículos específicos sobre el desarrollo del deporte, la recreación, la educación física si plantean serios retos sobre infraestructura de los colegios, dotación de materiales y recursos, formación docente entre otros, que en la literatura sobre enseñanza y aprendizaje de la educación física tienden a referenciarse como aspectos a tener en cuenta para el buen desarrollo de las prácticas deportivas, recreativas y del uso del tiempo libre en las instituciones educativas.

2.2 Referentes conceptuales.

La visión que se desea proponer en este trabajo desde la propuesta de miniatletismo de la IAAF se relaciona fundamentalmente con una perspectiva social de la educación física que contribuya al desarrollo psicomotor de los sujetos, teniendo en cuenta la importancia de la salud, la recreación, el buen uso del tiempo libre y la interacción psicosocial como pilar del encuentro con otros, en espacios de socialización y comunicación que invitan al desarrollo de la persona en sus múltiples facetas y dimensiones. En este sentido, los referentes que se muestran a continuación son coherentes con dicha perspectiva y permiten poner en contexto las prácticas deportivas en una institución escolar, cuya trascendencia va mucho más allá del escenario de la escuela.

2.2.1 El aporte de Piaget al desarrollo psicomotor.

Un primer elemento por caracterizar tiene que ver con la relación mente-cuerpo que en muchos acercamientos tradicionales tienden a verse como categorías dicotómicas. Sin embargo, el carácter integrador de la práctica deportiva que aquí se avala, invitan a pensar más en una relación complementaria.

La pregunta que se formula Piaget en términos del conocimiento científico, plantea ¿Cómo pasar de un estado de conocimiento a otro más avanzado? Para realizar un acercamiento a dicha pregunta, Piaget desarrolla toda una teoría donde no pone ni la razón, ni los sentidos como mecanismos primarios de conocimiento, sino que pone la acción, como dicho mecanismo fundamental. Es decir, desde la perspectiva piagetiana, existe una interacción del medio con los objetos de saber y es en dicha interacción donde se dan los múltiples procesos de conocimiento por adaptación al medio, pues plantea que la acción no solo es mucho más flexible, sino que también es teleonómica, es decir, que se activa de acuerdo a los objetivos o a un propósito: El bebé alza la mano como queriendo agarrar el tetero, el niño llora porque llama la atención de la madre sobre algo que quiere o le duele, la persona se sienta en determinada posición porque quiere estar más cómoda, el deportista realiza un conjunto de entrenamientos porque quiere ganar la competencia, etc.

Esta forma de plantear el conocimiento, hace pensar que mente y cuerpo son por decirlo de alguna manera, dos caras de una misma moneda. Piaget lo plantea en términos de continuidad entre la inteligencia y los procesos de morfogénesis y adaptación al medio.

La inteligencia verbal o reflexiva reposa sobre la inteligencia práctica o sensoriomotriz, que se apoya a su vez, sobre los hábitos y asociaciones adquiridos para combinarlos de nuevo. Estos suponen, por otra parte, el sistema de reflejos, cuya conexión con la estructura anatómica y morfológica del organismo es evidente. Por consiguiente, existe una continuidad entre la inteligencia y los procesos de morfogénesis y adaptación al medio. (Piaget, 1990b, p. 12)

Para Piaget, aun en los niveles más internos -es decir, a nivel genético- hay interacción con el medio, y en dicha interacción se prepara anticipadamente al fenotipo para dar respuestas

a las distintas variaciones del medio. No se trata entonces de que los individuos se adapten pasivamente a dicho medio, sino que mas bien:

El organismo y el medio constituyen un todo indisociable, es decir, que al lado de las mutaciones fortuitas es preciso separar las variaciones adaptativas que implican a la vez estructuración propia del organismo y una acción del medio, aunque los dos términos son inseparables el uno del otro. (Piaget, 1967b, p. 12)

En consecuencia, el aparato cognitivo puede ser interpretado como continuación y producto del funcionamiento y diferenciación de las funciones de adaptación y organización características, en todos los niveles, de los seres vivos. El término adaptación no es entendido por Piaget en el sentido clásico de Jean Baptiste Lamarck quien creía que el medio es el responsable de las variaciones que se heredan genéticamente, pues eso supondría que existe una especie de determinismo del medio sobre los seres vivos que los condicionan y determinan. Mas bien, admite la participación activa del organismo en su destino, mediada por mecanismos de autorregulación; Y dichos mecanismos auto reguladores se dan no sólo a nivel fenotípico sino también a nivel genotípico.

De esta manera, el desarrollo psicomotor es resultado de una serie de interacciones, muchas de ellas complejas, que intervienen en la construcción del sujeto como ser vivo. Y en este trabajo interesa esta perspectiva pues la educación física no ha de entenderse como un simple entrenamiento corporal, sino ampliamente como una serie de relaciones y transformaciones mente cuerpo que, en un contexto determinado, originan un bienestar individual y colectivo.

2.2.2 La educación física desde un referente curricular.

Interesa desde este trabajo brindar un aporte curricular, pues las reflexiones expuestas se enmarcan dentro de una lógica educativa que hace necesario pensar la forma en cómo se plantea la educación física, especialmente en los primeros años escolares. Para ellos se toman como referentes principales los Lineamientos Curriculares de Educación Física (MEN, 2002) y el documento número 15 de la misma entidad: Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y el deporte (2010).

Los lineamientos curriculares de Educación Física (2002) se basan, entre otras, en la idea de autonomía curricular que ya venía propuesta desde la Ley 115 de 1994. Plantean la necesidad de pasar de un simple adiestramiento del individuo a un trabajo donde se valoren los múltiples procesos en el marco de la globalización y la diversidad, donde es muy importante los distintos mecanismos de participación porque invitan a pensar que cada persona aporta a la construcción de un proyecto de vida social.

Establecen, además -avaladas por distintas disciplinas académicas- cinco tendencias de la educación física: 1) Énfasis en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física. 2) Énfasis en las actividades recreativas y de tiempo libre. 3) Énfasis en la psicomotricidad. 4) Énfasis en la estética corporal, el mantenimiento de la forma y la salud. 5) Énfasis en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas.

Dichas tendencias dejan ver por un lado el carácter amplio de los objetivos de la educación física que no pueden ni deben reducirse a una única dimensión, y por el otro, consecuente con la anterior, plantea la necesidad de que las propuestas escolares puedan integrar varias de dichas dimensiones y no que se trabajen de manera aislada.

Y quizás el aporte de los Lineamientos en este trabajo se basa en su conceptualización sobre la educación física -como práctica social, como práctica pedagógica, como disciplina del conocimiento y como derecho del ser humano- que se basa no sólo en las cinco dimensiones esbozadas anteriormente sino en una formación permanente del sujeto que abarca distintos aspectos de la vida en sociedad. En efecto, dicha conceptualización aclara:

Como práctica social y cultural, es inherente a la naturaleza humana para la supervivencia, adaptación, desenvolvimiento y transformación de las condiciones de vida en una interacción inseparable con el medio, a través del movimiento corporal y sus múltiples manifestaciones. En esa interacción se producen prácticas, técnicas y usos del cuerpo, formas de vida, convivencia y organización social, determinadas por las características de cada cultura.

Como disciplina del conocimiento, es objeto de reflexión, sistematización e investigación desde diferentes enfoques orientados a su explicación, comprensión, experimentación y formas de

aplicación en función del ser humano. Desde esta perspectiva orienta la acción educativa y las relaciones con las demás disciplinas y las necesidades del contexto.

Como disciplina pedagógica asume una tarea de formación personal y social de tal naturaleza que el alcance de sus logros es caracterizado por la visión desde la cual se establezcan relaciones e interrelaciones en distintos campos del desenvolvimiento del ser humano, sus formas de movimiento y expresión, las significaciones de la acción y su sentido.

Como derecho está incluida en la Carta Constitucional y la legislación que permite desarrollarla como un servicio público, para satisfacer necesidades fundamentales de calidad de vida, bienestar y competencias sociales para la convivencia. (MEN, 2002, p. 16)

Como se puede ir observando, el carácter amplio de la educación física que conglomerara estas 4 conceptualizaciones la enmarcan en un panorama que puede ayudar realmente a construir redes de trabajo colaborativo, con una posibilidad de un componente investigativo que suele estar muchas veces alejado de la reflexión en las instituciones educativas. No se trata entonces de volver necesariamente las escuelas en centros de investigación, pero si se pueden articular posibles maneras de implementar los resultados de las investigaciones al aula. En este trabajo, por ejemplo, la sistematización de experiencias es un componente que en una visión tradicional no tendría cabida, porque simplemente escaparía a visiones tradicionales de lo corporal visto como disciplina militar, o como higiene y moral, etc. Y aun más, la práctica del miniatletismo, como se verá más adelante, intenta que el docente amplíe su mirada sobre la educación física en los sentidos esbozados anteriormente y que pueda visualizar de manera un poco más crítica y fundamentada el trabajo con los estudiantes.

Por su parte, el documento número 15 del MEN, propone varios elementos para fundamentar la educación física, la recreación y el deporte, donde interesa la conceptualización que recoge de Meinel (1977) sobre la caracterización de la idea de competencia, y el cual plantea desde una perspectiva pedagógica que:

El movimiento humano debe ser visto como una acción que conduce siempre a la realización de una tarea cinética concreta, determinada por la relación dialéctica del ser humano con el medio". (citado por MEN, 2010, p. 24).

Este planteamiento resulta interesante, en tanto que evidencia ya el tratamiento que hace Piaget sobre la acción, en el sentido de su carácter teleonómica. Obsérvese que no se trata de un sujeto en función sólo de su medio, sino que el énfasis se pone en las distintas interacciones de acuerdo con el propósito de la acción. Muchas de dichas acciones no son conscientes, es decir, son gobernadas por el sistema motor autónomo, como por ejemplo el parpadeo de los ojos, los latidos del corazón, etc. Nadie tiene que pensar en ello, lo realiza el cuerpo como parte de sus funciones vitales. En cambio, hay acciones que son mas conscientes como el hecho de querer coger un balón, saltar una valla, etc donde se requiere cierta conciencia del sujeto para poder realizar la tarea. Pero indistintamente del tipo de acción, lo que verdaderamente importa, es lo que es posible hacer con ella y es donde la relación con el concepto de competencia es clave.

La idea de competencia que interesa aquí entonces, no se reduce al habitual uso de la palabra que se toma como sinónimo de habilidad, capacidad o aptitud. Mas bien, es coherente con lo expresado por el MEN (2006):

Un saber hacer en situaciones concretas que requieren la aplicación creativa, flexible y responsable de conocimientos, habilidades y actitudes que pueden actualizarse en distintos contextos utilizando el conocimiento en situaciones distintas de aquellas en las que se aprendieron. Conlleva la comprensión del sentido de cada actividad y sus implicaciones éticas, sociales, económicas y políticas (MEN, 2006, p. 12).

Nuevamente nos encontramos ante un concepto más amplio y más potente para la práctica de la educación física pues no reduce el trabajo a una sola dimensión, sino que plantea un requerimiento sobre lo que es posible hacer con determinada acción y las distintas implicaciones que pueda llegar a tener. Para el caso del miniatletismo esta visión es mucho más rica en matices desde un punto de vista de la formación integral de la persona y de ciertas competencias ciudadanas que interesan en su educación formal desde la escuela, no solo por las distintas actividades que deben hacerse como parte de la propuesta del trabajo en equipos, de cumplir ciertas reglas, de tener en cuenta ciertos insumos para la actividad lúdica deportiva como el calentamiento y otros, sino también como parte inherente a las

expectativas sobre el sano ejercicio de la competición, no tanto para ganar, sino como reconocimiento de un esfuerzo grupal que conlleva al bienestar de todos sus integrantes.

Ahora bien, de las distintas competencias enunciadas en dicho documento nos interesa las que directamente se relacionan con la educación física, la recreación y el deporte y que toman como eje transversal el juego, pues en el caso del miniatletismo, el componente lúdico no es un epifenómeno de la actividad, sino que forman parte intrínseca de la misma y le dan una connotación no sólo conceptual sino también metodológica.

El juego, entonces, es entendido como una condición de existencia del hombre, que lo hace creativo y le posibilita la invención y la actuación con respecto a normas. (MEN, 2010, p. 28).

Se trata de hacer del juego una actividad estructura con normas y en las cuales hay acciones que conllevan a una reformulación y evaluación en la toma de decisiones para poder cumplir con un objetivo. Las interacciones se hacen fundamentales en tanto los sujetos se sientan parte de la actividad y la doten de una razón de ser. Esbozamos en ese sentido, las tres competencias que se consideran fundamentales para este trabajo con relación a la educación física:

La competencia motriz que básicamente comprende el conocimiento y desarrollo del cuerpo, que involucra distintas técnicas para hacer cada vez mejor los movimientos, así como un carácter lúdico que propicia el disfrute de la actividad y la disposición física para afrontarla. En esta competencia cabe rescatar nuevamente la idea piagetiana de la relación intrínseca que hay entre movimiento y cognición, donde sobre todo en los primeros años escolares se están formando las distintas estructuras cognitivas y donde la acción física sobre los objetos y sobre el propio cuerpo son parte fundamental de la formación del intelecto.

La competencia expresiva corporal que implica la exteriorización de las emociones con ayuda de gestos y distintas actitudes. Tiene un componente comunicativo fuerte, pues se trata de la expresión de diversos sentimientos con relación a un suceso, recuerdo, una frase o gesto expresada por alguien o por si mismo, en el contexto de una actividad concreta.

Dentro de esta competencia corporal, se retoman tres sugerencias que pueden ser ejes de las prácticas expresivas: El gesto, pues básicamente permite expresar estados de ánimo. Las posturas, pues expresan cierta disposición y actitud frente a la actividad, además de que pueden revelar técnicas adecuadas o inadecuadas en el trabajo físico realizado. La respiración y la relajación, como formas de mejorar la expresión corporal al relajar los músculos y poder comprometerse de manera más afectiva y efectiva con la actividad.

Y finalmente, la *competencia axiológica corporal* que se relaciona con la valoración del cuerpo y donde son importantes dos componentes: el cuidado de si mismo y la interacción social. En la primera de ellas, se resalta el “*autocuidado de lo corporal y la formación comprensiva de hábitos que se incorporen paulatinamente en la formación y en el proyecto de vida personal*”. (MEN, 2010, p. 40). En el segundo de ellos, relacionado con la formación de una cultura ciudadana, por el respeto de los otros y por el ambiente.

2.2.3 El Miniatletismo en el contexto de la IAAF

El miniatletismo es un conjunto de actividades y juegos cuya característica principal es la integración y participación de todos los niños en actividades diversas que involucran saltos, lanzamientos y acciones de correr.

El miniatletismo se basa en la idea de la IAAF que buscaba una forma de incentivar, promover y direccionar la práctica del atletismo en niños de 7 a 12 años, pero con una mirada alejada de la competición de alto rendimiento, que tradicionalmente ha destacado en muchos enfoques y que se ha orientado hacia la detección de talentos. Se trata de una búsqueda por una concepción distinta de la práctica del atletismo en las escuelas que privilegie las distintas competencias que se han mencionado en los apartados anteriores y que se orientan hacia un trabajo más completo que integre las actividades clásicas de correr, saltar y lanzar.

Se intentan promover distintas competencias, entre las que sobresalen el trabajo en equipo, la sana competición¹, el compañerismo, la amistad, la solidaridad, entre otros.

Dentro de las características y objetivos principales del miniatletismo, caben destacar (Baque, 2013; Gozzolli, Simohamed, Malek, 2006):

- Realizar una actividad amena que permita la participación de todos los niños. No deberían quedar niños sin participar.
- Ir formando una buena base de trabajo en los niños pues las actividades están fundamentadas en distintos movimientos corporales.
- Proponer un trabajo en equipo donde se repartan las cargas en los distintos equipos organizados. Es decir, que en un mismo equipo no se hagan los que tienen mayores habilidades, pues se espera que cada integrante sienta que puede aportar a su equipo.
- No requerir una gran infraestructura ni una gran cantidad de jueces y asistentes.
- Que las demandas de habilidad varíen según la edad y el requisito de coordinación de las destrezas.
- Establecer una premiación simbólica basada en la participación y no en el establecimiento de campeones, pues otros sentirán que son perdedores.
- Mantener un espíritu de motivación constante para evitar que algunos niños se salgan de sus equipos.

¹ Para evitar confusiones, a lo largo de este trabajo se utilizará la palabra competición sólo cuando se hable de la actividad de competir en el sentido de jugar para ganar. Mientras que la palabra competencia se utiliza sólo en el sentido descrito en el marco de referencia.

- Promover encuentros e integración con la comunidad y otras escuelas al poder realizar festivales escolares donde pueden ayudar los padres de familia.
- Permitir el diagnóstico de distintas competencias que tienen los niños cuando realizan un trabajo mancomunado.

Además de lo anterior, cabe destacar que el miniatletismo no requiere de grandes inversiones para su realización y muchos de los materiales necesarios para su práctica se pueden hacer con materiales reciclables pues la IAAF desarrolló un material original que, aunque es muy útil, no siempre está al alcance económico de las instituciones educativas, sobre todo de aquellas que presentan problemas de recursos.

Las exigencias para la práctica del miniatletismo realmente son mínimas:

- Un espacio físico (Cancha, patio, coliseo, etc). Se sugieren medidas de 40mx60m, pero pueden darse variaciones de acuerdo a las dinámicas del juego.
- Se establecen 3 grupos de edad:
 - a) Grupo I: Niños de edades de 7 y 8 años.
 - b) Grupo II: Niños de edades de 9 y 10 años.
 - c) Grupo III: Niños de edades de 11 y 12 años.
 En lo posible los equipos deben ser mixtos (niños y niñas).
- El tiempo de la actividad depende de la cantidad de equipos. La IAAF establece un estándar de 9 equipos con 10 niños cada uno, se estima un tiempo de dos horas. Sin embargo, pueden existir variaciones de 6 equipos con 7 eventos o estaciones². Las actividades en las estaciones deben estar repartidas entre acciones de saltar, correr y lanzar. Por ejemplo, para 7 estaciones se establecen 3 de carreras, 2 de saltos y 2 de lanzamientos). Hay una prueba final que es de resistencia cuya duración depende del grupo de edad en que estén los niños (de 7 a 10 años de edad dura 8 minutos).

² Aunque el documento de la IAAF habla de Evento, en este trabajo se hablará de Estación, puesto que la palabra evento presentaría en el contexto del miniatletismo una doble connotación.

- Una estructuración en fases que incluyen:
 - a) Preparación del evento (donde se planea toda la actividad, se escogen las actividades a desarrollar y se asignan las estaciones por donde deberán pasar los niños. Hay que tener en cuenta que cada estación debe tener unas condiciones especiales de acuerdo a la actividad a desarrollar y al menos una persona que esté fija en dicha estación para dirigir el juego.
 - b) Fase de desarrollo: Donde se desarrollan las actividades del festival. Incluye una etapa de calentamiento que se acostumbra hacer de manera muy lúdica para poder motivar a todos los participantes. En esta fase es muy importante mantener la hidratación de los niños para evitar algún desmayo o alguna descompensación por un posible cansancio.
 - c) Fase de Premiación: En el respectivo formato de registro, se establece el equipo ganador, pero hay que recordar que este ítem es secundario pues se trata de que todos reciban un certificado de participación o algún refrigerio cuando sea posible.

- El evento se organiza con un circuito, donde todos los equipos deben ir rotando a una estación por vez dentro un límite de tiempo establecido. Una guía para establecer el tiempo de duración de cada actividad es de 1 niño por minuto. Por ejemplo, si cada equipo tiene 10 niños, en total serían 10 minutos por estación.

La siguiente tabla muestra la propuesta de la IAAF en términos de las estaciones sugeridas para la realización del Festival en función del grupo de edad:

Tabla 1. *Tipos de estaciones sugeridas en el miniatletismo según las edades de los niños.*

GRUPOS de EDADES EDAD (en años)	I 7 – 8	II 9 - 10	III 11 - 12
Estaciones de Velocidad / Carreras			
Relevos de velocidad/Vallas	X	X	
“Formula en Curvas”: Veloc./Vallas			X
“Formula en Curvas”: Relevos de Velocidad			X
Carrera de Velocidad en slalom		X	X

Vallas			X
“Fórmula en Curvas”: Veloc./Vallas	X	X	
Carrera de Resistencia de 8’	X	X	
Carrera de Resistencia Progresiva		X	X
Carrera de Resistencia de 1000m			X
Eventos de Saltos			
Salto en Largo con Garrocha		X	X
Salto en Largo con Garrocha sobre Arena			X
Salto a la Cuerda	X		
Salto Triple con Corta Aproximación			X
Salto en Sentadillas hacia Adelante	X	X	
Rebotes Cruzados	X	X	X
Salto en Largo con Corta Aproximación			X
Carrera en Escaleras	X	X	
Salto Triple en un área limitada	X	X	X
Salto en Largo Riguroso		X	X
Estaciones de Lanzamientos			
Lanzamiento al Blanco	X	X	
Lanzamiento de la Jabalina para Jóvenes.			X
Lanzamiento de la Jabalina para Niños.	X	X	X
Lanzamiento Arrodillado	X	X	X
Lanzamiento del Disco para Jóvenes			X
Lanzamiento Hacia Atrás		X	X
Lanzamiento Rotacional		X	X
Total de estaciones recomendados	8	9	10

Fuente: Gozzoli, C., Locatelli, E., Massin, D., & Wangemann, B. (2002).

Las distintas actividades son variadas, pero tienen en común que se estructuran de acuerdo a las tres habilidades básicas del atletismo: correr, lanzar, saltar. A continuación, se dan algunos ejemplos -uno de cada habilidad-, pero la IAAF arguye que se pueden hacer variaciones de acuerdo a las características de los grupos de edades. Las actividades son retomadas del manual de la IAAF por lo que se presentan tal y como aparecen en la guía.

Ejemplo de habilidad de Correr: Carrera de 8´

Breve descripción: Carrera de ocho minutos en un circuito de unos 150 m

Procedimiento

Cada equipo tiene que correr alrededor de un circuito de 150 m (ver figura) desde un punto de partida determinado. Cada miembro de equipo intenta correr alrededor del circuito cuantas veces sea posible en 8 minutos. La orden de partida es para todos los equipos a la vez (silbato o disparo, etc.). Cada miembro del equipo comienza con una tarjeta (pelota, trozo de papel, corcho o algo similar) que debe que regresar a su equipo luego de completar una vuelta al circuito, y antes de comenzar nuevamente, toma una nueva tarjeta o similar, y así sucesivamente. Después de 7 minutos se da el último minuto con otro silbato o disparo. Después de los 8 minutos se indica la finalización de la carrera con una señal final.

Puntaje

Después de finalizar, todos los participantes entregan todas las tarjetas al asistente quien las cuenta para el puntaje. Sólo se cuentan las vueltas completas; las que no están completas se ignoran.

Asistentes

Para una organización eficiente del evento se requiere de, al menos, dos asistentes por equipo. Son responsables de designar la línea de comienzo y la de finalización, también de manipular, juntar y contar las tarjetas. También deben registrar los tantos en las planillas del evento. Además, se requiere de un asistente de salidas responsable de controlar el tiempo y de dar las otras señales (último minuto y señal final).

Figura 1: Ejemplo de habilidad de Correr: Carrera de 8' Fuente Gozzolli y otros (2002).

Ejemplo de habilidad de Saltar: Saltos en sentadillas hacia delante.

Breve descripción: Saltos en dos pies hacia delante desde posición de sentadillas

Procedimiento

Se divide al grupo en tres equipos. El primer participante del equipo se para con la punta de los dedos de los pies en la línea de salida. Realiza una sentadilla y salta lo más lejos posible hacia delante, cayendo sobre ambos pies. Si un participante cae hacia atrás, se marca, por ej., el punto de caída de su mano. El punto de caída, a su vez, es el punto de partida del segundo saltador del equipo. El tercer compañero de equipo salta desde el punto de caída del segundo. El evento se completa cuando el último miembro del equipo ha saltado desde ese punto de caída.

El procedimiento completo se repite una segunda vez (segundo intento).

Puntaje

Compíte cada miembro de equipo. La distancia total de todos los saltos es el resultado del equipo. El puntaje del equipo se basa en el mejor resultado de los dos intentos. La medición se registra a intervalos de 1 cm.

Asistentes

Para este evento se requiere un asistente por equipo con las siguientes obligaciones:

Controlar y regular el procedimiento (línea de partida, caída).

Medir la distancia total de cada intento.

Registrar el puntaje en la planilla del evento

Figura 2: Ejemplo de habilidad de Saltar: Saltos en sentadillas hacia adelante. Fuente: Gozzolli y otros (2002).

Ejemplo de la habilidad de lanzar: Lanzamiento arrodillado

Breve descripción: Lanzamiento de la pelota medicinal con ambas manos, arrodillado

Procedimiento

El participante se arrodilla en la colchoneta (u otro tipo de superficie blanda) frente a un objeto blando elevado (por ejemplo, una colchoneta de salto o de espuma). El participante se reclina hacia atrás (tensionando el cuerpo) y lanza la pelota (1 kg) a máxima distancia,

utilizando ambas manos sobre la cabeza mientras está arrodillado. Después del lanzamiento el participante puede caer hacia delante sobre la colchoneta que está frente a él.

Nota sobre Seguridad: La pelota nunca debe lanzarse nuevamente a los participantes. Se aconseja que se la lleve de regreso se la haga rodar hacia la línea límite para el próximo lanzador.

Puntaje

Cada participante tiene dos intentos. La medición se registra a intervalos de 20 cm (tomando el número mayor cuando la caída es entre líneas) y a 90° (ángulo recto) de la línea límite. El mejor de los dos intentos de cada miembro del equipo es el que se considera para el puntaje final del equipo.

Asistentes

Este evento requiere dos asistentes por equipo con las siguientes obligaciones:

- Controlar y regular el procedimiento.

- Evaluar la distancia de caída de la pelota (medición a 90° de la línea límite).

- Llevar o hacer rodar la pelota hacia la línea límite.

- Llevar el puntaje y registrarlo en la tarjeta del evento.

CAPITULO III

3. Metodología

Este trabajo se enmarca en la metodología de sistematización de experiencias (SE), la cual tiene distintos antecedentes, entre los cuales destacan las pedagogías críticas, la teología de la liberación y la investigación acción participativa. Interesa en este informe la investigación acción como forma de trabajo que engloba la sistematización de experiencias.

3.1 La investigación acción.

La investigación acción tiene una pretensión de intentar transformar una realidad y puede definirse:

Como el estudio de una situación social con miras a mejorar la calidad de la acción dentro de ella. (Elliot, 1991). Para León y Montero (2002) representa el estudio de un contexto social donde mediante un proceso de investigación con pasos “en espiral”, se investiga al mismo tiempo que se interviene (Citados por Sampieri, 2016, p. 509).

En el proceso de investigación interesa que las personas tomen conciencia de una realidad problemática para poder afrontarla, reconocerla, abordarla y transformarla de acuerdo al nivel de afectación en la comunidad o grupo de estudio.

La hipótesis de trabajo sobre la cual se sustenta la mayoría de trabajos realizados desde la investigación acción se basan en el trabajo de McKernan (2001) quien establece 3 pilares de esta metodología:

- a) Los participantes que están viviendo un problema son los que están mejor capacitados para abordarlo en un entorno naturalista. Este último término, se refiere a la realidad tal como se presenta a sus protagonistas, es decir, tal y como ellos la perciben.
- b) El comportamiento de estas personas está bastante influenciado por el entorno naturalista en que se encuentran.
- c) Las metodologías cualitativas son las mas adecuadas para la investigación de este tipo de realidad.

McKernan (2001) igualmente define varias características de la investigación acción que le dan una connotación más precisa a este tipo de metodología. Algunas de dichas características son: permite aumentar la comprensión humana, se realiza in situ, es de naturaleza participativa, hay una preocupación por mejorar una realidad, los problemas pueden irse redefiniendo a medida que avanza la investigación, potencia el compartir con otros, el discurso es el dato principal de la investigación, intenta de que sus actores tomen conciencia de prácticas injustas que viven. (Souza, 2011).

3.2 La sistematización de experiencias.

La sistematización de experiencias por su parte puede interpretarse como una forma de materializar el resultado de una investigación acción. Por ello, muchos de los trabajos que metodológicamente emplean la sistematización de experiencias, se fundamentan también en la investigación acción.

La sistematización de experiencias puede abordarse desde distintos puntos de vista, pero aquí se asume la siguiente definición como punto de partida:

Es aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explica la lógica del proceso vivido, los factores que han intervenido en dicho proceso, cómo se han relacionado entre sí y por qué lo han hecho de ese modo” (Jara, 1994, p. 4).

Se entiende que la característica esencial de la SE, radica en la comprensión de un fenómeno por parte de sus actores, donde interesa dotarlo de una racionalidad para poderlo afrontar. Aunque se relaciona con la IA, en la SE es más importante la comprensión del fenómeno social que la propia solución del problema. En este trabajo, por lo tanto, la SE sirvió para dotar la experiencia de sentido y narrar las vivencias de un colectivo que decidieron poner a prueba la propuesta de la IAAF sobre el desarrollo del miniatletismo. La IA permitió a través de la comprensión del proceso vivido, resolver una problemática que en un comienzo parecía oculta ante los ojos de los docentes.

Dentro de las técnicas de recolección de datos se encuentran la memoria y los relatos.

Los relatos permiten comunicar quiénes somos, qué hacemos, cómo nos sentimos y por qué debemos seguir un cierto curso de acción y no otro. Incluye decires, pensares, haceres y sentires desde la perspectiva del relator y favorecen el comprender el mundo de una manera nueva, así como comunicar mucho más de lo que se dice, cómo se dice y qué sentidos personales incluyen, en lo que se recuerda y se olvida. (Ministerio de Protección Social, 2009, p. 11).

Los relatos no son simples narraciones lineales de sucesos ocurridos. Exigen una interpretación racional de dichos sucesos y tiene un componente emocional que no puede sustraerse de la experiencia, pues precisamente hace parte de lo que sus actores vivenciaron y guardan en sus mentes y corazones. Por eso, la importancia de poder hacer visible no sólo la forma como se vivió la experiencia, sino lo que se sintió en el momento de experimentarla, los recuerdos que evocaban sentimientos, y lo que sus actores valoraron como importante en los sucesos vividos.

Para la realización de los relatos se utilizó en la mayoría de los casos entrevistas de tipo no estructurado y semiestructurado, que permitieron posteriormente hacer un análisis más preciso de la experiencia, y sobre todo, le permitió a sus actores, tener acercamientos cada vez muchos más reflexivos y experimentar distintos tipos de sensaciones sobre las actividades realizadas.

3.3 La propuesta de los cinco tiempos.

Para la SE, se retomó la propuesta de los 5 tiempos de Jara(1994), que se describe sucintamente a continuación:

1. **El Punto de partida:** Donde es importante haber participado en la experiencia en alguna medida y tener registro de las experiencias. De acuerdo a lo plantado por Jara, también se hace necesario ir teniendo distintos registros como fotos, videos, documentos, apuntes, etc.

2. **Las preguntas iniciales:** Definir el objetivo, delimitar el objeto a sistematizar y precisar un eje de sistematización. Las siguientes preguntas ayudan a orientar la sistematización:

¿Para qué queremos hacer esta sistematización? ¿Qué experiencias queremos sistematizar y qué aspectos centrales de ellas nos interesan? ¿Qué fuentes de información vamos a utilizar? ¿Qué procedimientos vamos a seguir?

3. **Recuperación del proceso vivido:** Reconstruir la historia y ordenar y clasificar la información. Aquí se hace importante encontrar una manera coherente y racional de contar la historia. Ayuda mucho el tener un orden cronológico de los hechos y la forma en cómo sucedieron. Una fuente importante de información en esta parte lo constituyeron los videos que pueden verse en la bibliografía final

4. **La reflexión de fondo:** Analizar y sintetizar la información disponible, e interpretar críticamente el proceso vivido. Responde a la pregunta ¿Por qué pasó lo que pasó? Se trata de interpretar críticamente la experiencia, donde para este trabajo, se acude al marco referencial, junto con las reflexiones realizadas por los actores de la experiencia en el colegio Pedro Antonio Molina.

5. **Los puntos de llegada:** Formular conclusiones y comunicar los aprendizajes. Aquí es importante no sólo un proceso de socialización, sino de proyección sobre qué hacer con dichos aprendizajes. De saber como relacionarlos con otras experiencias y de cómo continuar nutriendo el trabajo.

La SE llevó a cabo en la institución educativa Pedro Antonio Molina de carácter público y compuesta por 8 sedes; La institución ofrece educación preescolar, básica y media. La propuesta de miniatletismo se focaliza fundamentalmente en la sede Los Vencedores pues desde allí se promovió luego a las otras sedes. La institución está ubicada en el barrio San Luis de la ciudad de Cali. Los actores de la SE fueron los docentes, estudiantes especialmente de la básica primaria, directivas, padres de familia y el autor del trabajo de grado. Se recopila la experiencia del miniatletismo, pero recuperando los antecedentes que la hicieron posible. En este sentido, los hechos recuperados corresponden a los años 2008 a 2017.

CAPITULO IV

4. LOS CINCO TIEMPOS: DESCRIPCIÓN Y ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

A continuación, se presentan la sistematización de experiencias que recopila información desde el año 2008 hasta el año 2017. Se empleará como forma de descripción y análisis el modelo sugerido por Jara (1994) de los cinco tiempos, esbozado en el capítulo anterior.

4.1 El punto de partida.

En el año 2014 se hizo una reunión con los docentes que lideraban el Proyecto Uso del Tiempo Libre de la Institución Educativa Pedro Antonio Molina con la intención de realizar una sistematización de experiencias del proceso vivido con la experiencia de miniatletismo. Se comenzó a mirar qué material existía y se notó que se podía acceder a una gran cantidad de información a través de los informes de los proyectos que hacían los docentes al comenzar el año lectivo, las fotos y videos de las actividades, y sobre todo se contaba con los docentes que habían vivido el proceso desde el comienzo por lo que se decidió utilizar en gran medida la técnica del relato y la memoria que se presentó en la metodología.

El punto de partida tenía que ser entonces los relatos, donde se sitúa el año lectivo 2008-2009 como el año en que se puede rastrear el primer vestigio de la sistematización en el sentido planteado por Jara (1994).

Para ese entonces (año 2014) los docentes anualmente debían realizar por grupos unos proyectos transversales -exigidos por la ley- y ya para ese año se hacían de manera institucional. Pero no siempre fue así cómo se narrará en el tiempo 3. Se decide entonces narrar la experiencia del miniatletismo, pero sin olvidar los antecedentes de cómo se llegó hasta allí, pues representan para sus actores, la razón de ser del proceso vivido.

4.2 Las preguntas iniciales.

En la SE es importante poder encontrar las fuentes que motivan la sistematización y determinar los diferentes medios disponibles para llevarla a cabo. Por lo tanto, se explica a continuación algunos de los interrogantes sugeridos por Jara (1994) para concretar los

relatos. Las respuestas a los interrogantes son aportadas por el grupo de docentes que hacen parte del proceso vivido y que irán apareciendo con letras del alfabeto (A, B, C, D, etc). Cuando se utilice la letra T significará Todos y que básicamente es una forma de sintetizar lo que un grupo de docentes dice sobre una pregunta o idea. Se utilizará la letra cursiva para simbolizar los diálogos en un tamaño de letra menor para que se distinga del resto de la narración. Al comienzo de un diálogo se coloca la letra inicial del actor -llamaremos así a cada personaje de la experiencia vivida-. Dicha letra no significa la letra inicial del nombre de la persona. Sólo es una convención para poder nombrar los personajes sin usar sus nombres propios como ya se dijo anteriormente.

El esquema básico es que hay un grupo de 4 profesores que lideran la sistematización y otros que colaboran aportando datos y sugerencias para mejorarla. A continuación, algunas de las preguntas dilucidadas:

¿Para qué queremos hacer esta sistematización?

T: Básicamente se pretende que la experiencia narrada aporte ideas para que los docentes de la institución valoremos mucho más nuestras vivencias y para que las compartamos con otros. Además, que queremos reconocer el impacto que pueden tener los festivales escolares con la idea del miniatletismo pues es una experiencia que convoca a muchos estudiantes y une los lazos entre la comunidad y la escuela.

¿Qué experiencias queremos sistematizar y qué aspectos centrales de ellas nos interesan?

T: Nos interesa narrar la experiencia del miniatletismo, pero sin olvidar las fuentes de donde surgió porque es un proceso que no queremos ni debemos olvidar. De dicha experiencia nos interesa resaltar sobre todo la participación en los festivales escolares tanto al interior de la institución como en los eventos realizados en la ciudad de Cali, en particular, el programa Ministerial Supérate con el Deporte.

¿Qué fuentes de información vamos a utilizar?

T: Utilizaremos múltiples registros para la SE, sobre todo nuestros relatos, los cuales se complementan con material audiovisual (fotos y videos) que se ha ido recopilando durante muchos años. Adicional a ello, también tenemos los proyectos transversales de Uso del tiempo Libre desde el año 2011, pues antes de dicho año, no se acostumbraba a estructurar las actividades en

proyectos. Se cuenta también con distintos informes evaluativos de los proyectos que son insumo para la programación y diseño de las actividades del año siguiente. En los videos y fotos se cuenta con un buen material que ha sido sistematizado desde el año 2012, por lo que encontrar información puntual no es realmente muy complicado. Quizás la tarea mas ardua sea el proceso de selección.

¿Qué procedimientos vamos a seguir?

T: Hemos acordado que la SE se haga teniendo en cuenta las siguientes recomendaciones:

- *Narración en orden cronológico de los sucesos acontecidos antes de la propuesta de miniatletismo y que empiezan en el año 2008.*
- *Los 4 docentes que lideran el proceso de sistematización se encargarán de recoger la información necesaria para el trabajo y nos reuniremos todos cuando sea necesario para realizar aclaraciones o aportes que recuperen de manera más fiel el proceso vivido.*
- *Es muy importante que se tengan en cuenta las distintas percepciones de la comunidad educativa (padres de familia, docentes, administrativos y estudiantes).*
- *A partir de este año (2014) llevaremos un registro mas detallado de las actividades realizadas y compartiremos con el grupo las evaluaciones de las actividades, los permisos y todo aquel material que consideremos que pueda ser útil como fuente de información.*
- *El producto de la sistematización será un documento que sirva de consulta y socialización para la institución educativa y como parte del reconocimiento a nuestra labor.*

Los anteriores acuerdos se realizaron en el año 2014 y la sistematización culminó en el 2017, donde el autor de este trabajo tuvo la oportunidad de vivenciar dos festivales escolares y asistir a 16 encuentros entre los años 2015 y 2017 que involucraron reuniones presenciales con el equipo de sistematización y trabajó con los niños de primaria como parte del entrenamiento en diversas actividades de miniatletismo que involucraban correr, saltar y lanzar. En las primeras reuniones con los docentes se tuvo la oportunidad de aclarar el referente metodológico de esta sistematización, por lo que los docentes eran conscientes que se estaba trabajando con la propuesta de SE de Oscar Jara. Igualmente conocieron algunas de las fuentes de fundamentación de este trabajo como la propuesta de miniatletismo de la IAAF y reflexiones sobre cuerpo-mente desde la perspectiva piagetiana, la salud, buen uso del tiempo libre, entre otras.

4.3 Recuperación del proceso vivido.

Aquí se narrarán en un orden cronológico, los sucesos vividos previamente a la experiencia del miniatletismo en la institución. Y esto se hace así, porque dichos sucesos configuraron la razón de ser de la sistematización escogida para ser fuente de reflexión, tal como lo expresaron los docentes en los primeros acuerdos en el año 2014.

Año lectivo 2008-2009

En el año 2008 ingresa el profesor A, a la sede Los Vencedores a desempeñar su cargo como profesor en primaria. Junto con otros profesores (Profesor B y profesor C) comienzan a notar que hay pocas actividades lúdicas para los niños de primaria. Constantemente el profesor B narra con nostalgia, una época hace muchos años en que él salía con sus estudiantes a distintos barrios aledaños del colegio. Los llevaba a jugar fútbol donde enfrentaban distintos equipos. El era el que organizaba los torneos en el colegio.

A: Éramos muy buenos. Incluso cuando yo fui joven jugaba muy bien al fútbol y era siempre tenido en cuenta en los partidos porque jugaba de delantero y realmente era muy bueno. Una lesión en la rodilla me marginó del fútbol y desde allí empecé a engordar. Pero como siempre me ha gustado el deporte yo me llevaba los estudiantes a jugar y competir para toda parte, ganamos muchos trofeos de los cuales la mayoría se perdieron o los dejaron dañar porque la coordinadora poco le ha gustado el deporte y no los cuidaba. Hoy en día, yo ya casi no hago nada porque me da mucha rabia de que no valoren todo el trabajo que uno hacía y lo bien que lo pasaban los estudiantes yendo a distintos lugares y teniendo distintos espacios de esparcimiento.

En otro momento:

C: A mi siempre me ha gustado el fútbol. Y a pesar de los años, con mis niños, a veces me pongo a jugar fútbol con ellos. Yo a veces los llevo a piscina aquí cerca del barrio y se divierten mucho. Van con los padres para que los ayuden a cuidar y siempre pasamos un rato muy agradable. Yo me siento cansada porque con el pasar de los años, uno se da cuenta que al comienzo se pone mucho empeño en todo. Pero luego, con tanto problema que ponen en el colegio para hacer algo, uno se va desanimando y mejor se dedica a hacer lo básico, pues ya se sabe que, si algo sale mal, le echan la culpa a uno. Yo fui una líder en este colegio. Era de las que mas ayudaba a direccionar

proyectos y a sacar las ideas adelante. Participaba con la comunidad y aunque había muchas veces diferencias entre los docentes, manteníamos muy unidos y solíamos hacer salidas con los profesores. Incluso llegamos a salir del país. Ahora todo es distinto. Cada uno anda en sus cosas y en mi caso, también. Ya no me animo a organizar casi nada porque es un desgaste, la colaboración es muy poca y el apoyo del colegio es mínimo. A veces hasta es un problema para que regalen un simple balón.

El profesor A es inspirado por estos relatos y se pregunta, ¿Por qué la falta de apoyo a las actividades deportivas y culturales en la institución? ¿por qué actualmente casi no hay actividades lúdicas para la mayoría de los niños en la institución? ¿Qué se puede hacer en las clases de educación física y en general con los docentes, para propiciar espacios deportivos mas amplios y de buen uso del tiempo libre, que vayan más allá de las dos horas semanales dedicadas a la clase de educación física?

A: Yo notaba que en muchas de las clases de educación física los niños se la pasaban mucho tiempo sin hacer nada. Había un primer momento donde hacían alguna rutina de ejercicios, generalmente muy breve, y luego quedaban libres. Algunos se ponían a jugar futbol, otros saltaban en lazo, y otros se sentaban a hablar. También notaba que las actividades culturales se limitaban a las izadas de bandera, o a la celebración de algún día especial (día del niño, día del idioma, etc). Sin embargo, se notaba la ausencia de un proyecto consolidado para que la mayoría de los niños se involucrara en diversas actividades lúdicas. Me preocupaba un poco que esto fuese así, pero me motivaba que había profesores que les encantaba el deporte y la recreación y entonces me uní a ellos para poder compartir ideas sobre qué cosas se podían hacer.

En este año, un grupo de 4 profesores -entre los que se incluyen los profesores A y B- deciden hacer diversas actividades referenciadas en el proyecto de Uso del Tiempo Libre, donde tuvo mucha acogida los torneos de microfútbol tanto femenino como masculino. Para los niños más pequeños de grado transición, primero y segundo se realizaron actividades lúdicas con juegos tradicionales (rayuela, carrera de encostados, el huevo en la cuchara, salto con el lazo, etc). Esta experiencia con los niños más pequeños fue un antecedente importante pues a futuro se estructuraría como festivales escolares donde la propuesta del miniatletismo tuvo su protagonismo.

Año 2009 – 2010

En este año se decide comenzar a organizar una serie de actividades para que los niños pudieran tener espacios de esparcimiento y recreación. Aunque las actividades estaban debidamente programadas en un cronograma, no hacían parte de un proyecto como tal.

No obstante, se comenzó a notar un interés en los estudiantes de querer participar en los distintos eventos. En este año lectivo 2009-2010 se presentó el cambio de calendario (B a A) con lo cual se había proyectado que se podían hacer muchas actividades para que la mayoría de los niños pudieran participar. Finalmente, a pesar de que el tiempo fue mas largo, la institución tenía muchas actividades académicas y administrativas programadas, por lo que no fue posible realizar todo lo proyectado. Una muestra de lo realizado en dicho año lectivo, aparece en la siguiente tabla. Dicha tabla es sustraída de un informe evaluativo del año 2011, que intentaba mirar lo que se había realizado y lo que no, del año anterior.

Tabla 2: *Evaluación de las actividades lúdico-deportivas programadas en el año lectivo 2009-2010.*

ACTIVIDAD	EVALUACIÓN
1) Realización de torneos Intercalases de Microfútbol	Fue excelente la participación y en el año lectivo 2009-2010 pudieron participar más estudiantes ya que se dejó que ellos armaran los equipos que salieran. El torneo se hizo más largo pero el ánimo fue mucho mayor. Participaron tanto hombres como mujeres en ambas jornadas y no se presentaron problemas de intolerancia. El torneo femenino de la jornada de la tarde se vio afectado por el fin de año escolar y no se pudieron realizar los partidos completos, aunque se disputaron las respectivas finales. Se realizó premiación para campeones y subcampeones con medallería. En la jornada de la mañana, los niños de transición, primero, segundo y aula especial, además del torneo de microfútbol participaron en diversas competencias organizadas por las respectivas docentes de aquellos grados. En términos generales, el balance fue excelente en esta actividad.
2) Realización de torneos Intercalases de Baloncesto	Esta fue la única actividad que no se pudo realizar, debido al poco tiempo que se dispuso para organizarla y la cantidad de actividades que se hicieron durante el año en la institución, aunado a las faltas de clases. Se espera que en este año 2011 se pueda organizar dicho torneo.
3) Partidos amistosos de microfútbol con otras sedes	En la jornada de la mañana se jugaron 3 partidos amistosos de microfútbol con las sedes de Atanasio, Tres de Julio e Inmaculada.

	En la jornada de la tarde se jugó 1 partido amistoso con la sede Gaitán. El balance también fue positivo, aunque se presentaron uno o dos incidentes menores por “ánimos acalorados” entre los jugadores que se solucionaron adecuadamente y permitió reflexionar sobre la tolerancia en dichos encuentros.
4) Invitación a los estudiantes a Participar en el 4to concurso Nacional de cuento RCN y Ministerio de Educación Nacional.	Se invitó a los estudiantes al 4to concurso nacional de cuento, en la cual varios estudiantes participaron. Ningún estudiante llegó a la ronda final, pero dos de ellos en la jornada de la mañana hicieron muy buenos cuentos que contaron con la lectura de algunos profesores. Igualmente se aprovechó el espacio del Timbre lector para leer cuentos ganadores de otros niños en concursos anteriores y así poder dar sugerencias de cómo escribir mejor y animar la lectura y la escritura.
5) Algunas Salidas de Integración a centros recreativos.	En la jornada de la mañana se realizaron dos salidas de integración a las piscinas de Calimio, las cuales salieron muy bien y hubo participación de padres de familia. En la jornada de la tarde también se hizo una salida de integración al mismo centro recreacional cuyo balance fue excelente y no hubo problemas de intolerancia. Al contrario, los estudiantes se divertieron y pasaron un rato agradable con sus compañeros.
6) Gestión para la demarcación de las canchas ya que prácticamente dicha demarcación está ausente hace varios años.	Con parte del dinero de los torneos y de las salidas a las piscinas se logró recoger el dinero para comprar la pintura para la demarcación de las canchas. Se contó con la colaboración del rector que pagó la mano de obra y de padres de familia que también ayudaron con material como thinner, cinta de enmascarar y algo de pintura de aceite. Se pintaron igualmente los aros y arcos de las canchas de microfútbol y baloncesto, y se pintaron unas rayuelas en el patio principal para el entretenimiento de los niños. Otra parte del dinero fue invertida en medallaría y se dio una donación de 100.000 pesos al grupo de Danzas de la institución que viajó a Europa.
7) Gestión para la dotación de balones y otros materiales deportivos	El rector envió una donación de balones y con el dinero sobrante de los torneos se compraron 3 balones de microfútbol de marca, (2 ponny y 1 golty), al igual que 1 bomba para inflar los balones con sus repuestos y 2 pitos para arbitraje.

Fuente: Proyecto Uso del Tiempo Libre 2011 de la Institución Pedro Antonio Molina- Sede Los Vencedores.

En la tabla es interesante observar que había una manera amplia de entender las actividades en proyecto Uso del tiempo libre, pues involucraba desde actividades deportivas como los torneos, hasta actividades menos típicas como la participación en el cuarto concurso nacional de cuento. Lo que se quería en el fondo era incentivar a los estudiantes para que se

involucraran en distintas actividades pues se quería atraer al mayor número de estudiantes posible.

Una muestra de lo anterior, es que en este mismo año los profesores vieron la experiencia de la profesora C, llevando los niños a las piscinas y decidieron generalizar este evento para los demás grupos de la sede Los Vencedores. Igualmente se empleó mucho esfuerzo para que se pudiera pintar la cancha que estaba en muy mal estado y para que se cambiaran los tableros de baloncesto que estaban muy deteriorados. Esto con el ánimo de que los estudiantes tuvieran más interés en participar al ver los escenarios decorados y organizados.

Año 2011

Es en este año donde se formaliza de manera más formal el Proyecto uso del tiempo libre en la sede Los Vencedores. Explícitamente en dicho proyecto ya se percibe el interés por encontrar actividades que integren la mayor cantidad posible de estudiantes

Entendiendo el tiempo libre como un tiempo que debe ser aprovechado de la mejor manera, se intenta según las características de la población de estudiantes que hay en la sede Los vencedores, desarrollar propuestas donde los estudiantes encuentren espacios de participación, integración y fortalecimiento de una sana convivencia.

Así nace el proyecto Uso del Tiempo Libre que se materializa en actividades que intentan incluir la mayor cantidad de población posible. (Proyecto Uso del Tiempo Libre, Sede Los Vencedores, 2011). (El subrayado es nuestro).

En el mismo proyecto se parte de una preocupación basada en estadísticas del DANE (2009), donde se presentaban dos gráficos de las actividades que hacían los estudiantes en su tiempo libre. (Ver Anexo 5). Se llamaba la atención porque a nivel nacional había una tendencia por un lado, a que un 34% de los niños entre 5 a 11 años no realizaba ninguna actividad cultural. Igualmente alarmaba el alto porcentaje de personas de 12 años y mas que invertían al menos una hora semanal a los medios audiovisuales y de comunicación o al ocio pasivo, en comparación con otros aspectos como la actividad física o la lectura.

Es decir, que el proyecto se basaba en datos reales sobre el uso del tiempo libre e intentaba, que la tendencia mostrada por las encuestas, se pudiera de alguna manera mitigar con acciones que se podían realizar desde el mismo proyecto.

En este año por primera vez se participa en un evento de atletismo: La carrera Spiridon 2011 organizada por la Liga Vallecaucana de Atletismo cuyo trayecto de 4 kilómetros comenzaba en el centro comercial Carrefour del Barrio el Limonar y finalizaba en el estadio Pedro Grajales ubicado en las canchas panamericanas de la ciudad de Cali. Se trataba de un evento participativo, aunque había premios para los ganadores, pero la idea a nivel de la sede Los Vencedores era incentivar la práctica de otros deportes que no fueran solamente el fútbol, pues se había detectado que muchos niños practicaban el fútbol, pero había otros que no les gustaba y querían practicar otro deporte distinto. Es decir, en este año, hay una reflexión colectiva sobre la importancia de incentivar mucho más otros deportes y por eso en el 2011 se incluyó en el proyecto Uso del tiempo libre el patinaje en la jornada de la mañana, pues se quería aprovechar la cercanía del Patinódromo del barrio San Luis que era sólo utilizado en algunas tardes. Y aunque el atletismo no estaba en el proyecto, la carrera Spiridon 2011, fue un aliciente para estar en un evento que contó con la participación de padres de familia, estudiantes y algunos profesores.

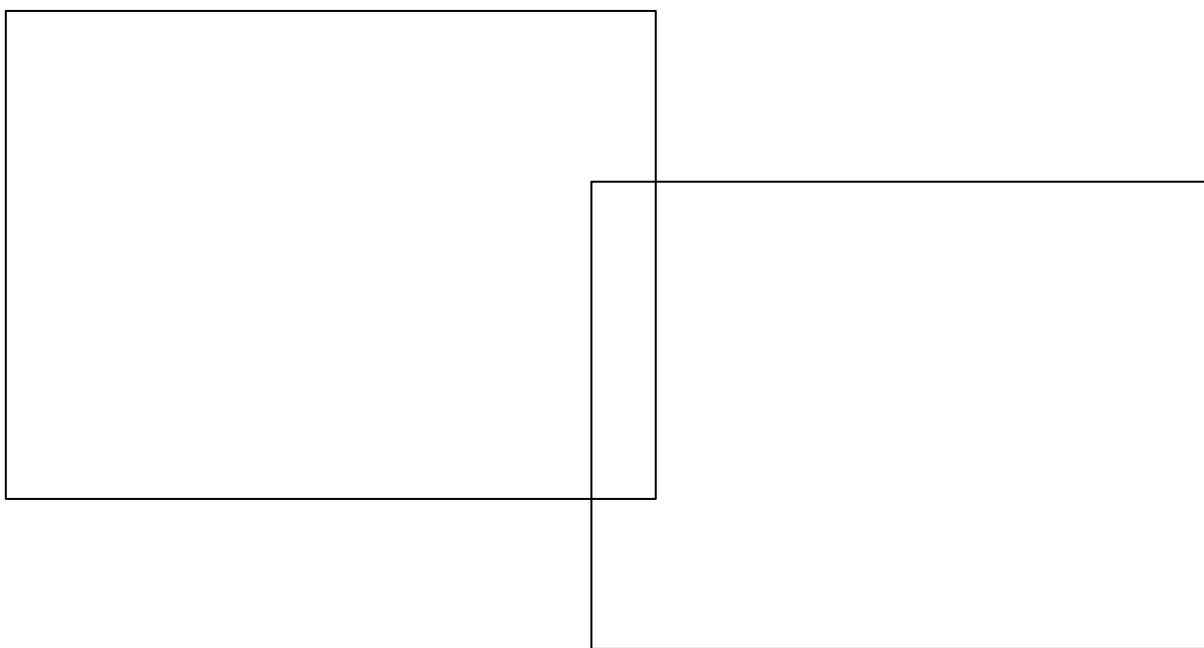


Figura 4: Fotos del evento Spiridon 2011. Fuente: Docente de la institución. Un video del mismo evento puede consultarse en la bibliografía final.

Año 2012

En este año, con la celebración de los 35 años de la institución educativa Pedro Antonio Molina, se realizaron por primera vez encuentros deportivos inter-sedes, cuya premiación se realizó en el marco de un gran evento cultural en el coliseo Evangelista Mora de la ciudad de Cali. Ya en los inter-sedes, el atletismo entró a formar parte más activa de los deportes en la institución.

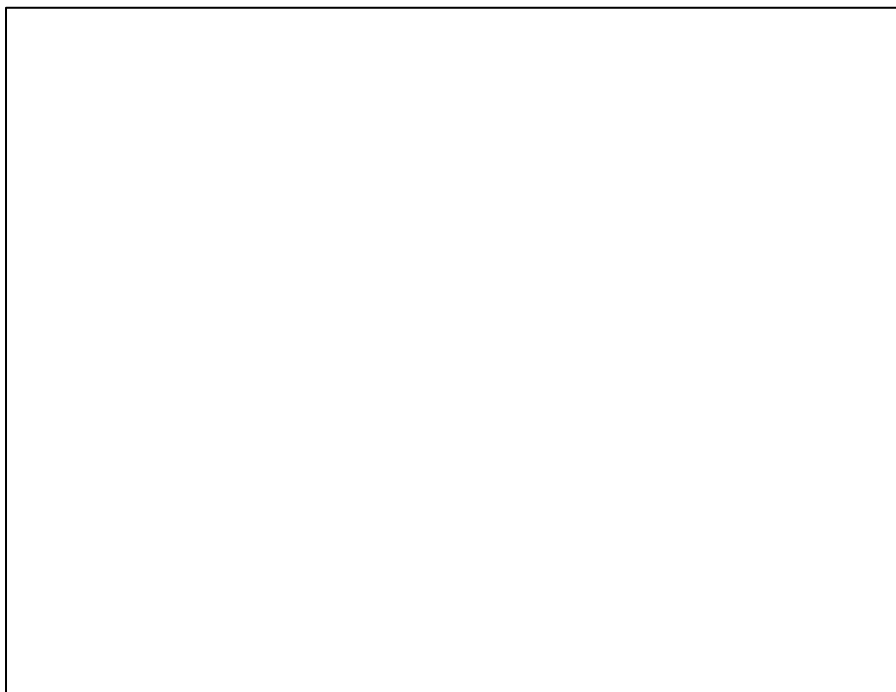


Figura 5: Foto de niños en evento de competencia de atletismo a nivel de inter-sedes. Cancha del Barrio San Luis-Cali. Fuente: Fuente: Docente de la institución.

En este mismo año se tuvo la oportunidad de participar por primera vez en el programa Ministerial Supérate con el Deporte 2012 donde un grupo de 9 niños de la sede Los Vencedores ganaron reconocimiento en los municipales y representaron al colegio también en los Departamentales. Sin embargo, la mala organización del evento no permitió que 5 de ellos de las categorías inferiores participaran. Además, en este primer evento del Ministerio se esperaba muchos más niños y la participación fue poca, pues se presentaron problemas con la difusión, la inscripción en la plataforma que era complicada, la recolección de documentos, la contratación de jueces, entre otras. No obstante, era la primera vez que los estudiantes participaban en un evento por fuera del colegio y en la

evaluación que se hizo al finalizar el evento, fueron más los aspectos positivos que se rescataron que los negativos.



Figura 6: Foto de inscripción para la competición categoría A y B competición departamental. Juegos Supérate con el Deporte. 2012. Estadio Doce de Octubre de Tuluá. Fuente: Docente de la institución.

Año 2013.

En este año la institución decide institucionalizar los proyectos transversales pues hasta el momento se habían realizado por sedes. De esta manera, se reunieron todos los integrantes del proyecto Uso del tiempo libre para elaborar un trabajo mancomunado. Se mostró a la experiencia de Supérate con el Deporte del año anterior y se decidió que todas las sedes iban a participar en los siguientes deportes: Ajedrez, fútbol sala, baloncesto y atletismo. Patinaje quedó a nivel de interclases pues no se ofertó en Supérate. En este año, se lanza un incentivo por participación, donde el Pedro Antonio Molina quedó ganador, inscribiendo y llevando al evento más de 400 estudiantes. Los docentes y estudiantes comenzaron a animarse más a participar en los distintos deportes y en el evento de evaluación los docentes recogieron las impresiones de los padres de familia y estudiantes. En este año se conocen los festivales escolares que se basaban en la idea del miniatletismo. Y se comienza

a ver la potencialidad de este tipo de eventos que involucran circuitos con un sistema de rotación.

T: Realmente ha sido muy importante unir las sedes en un evento tan grande, pues la verdad, a pesar de que somos 8 sedes en total, no tenemos la oportunidad de hacer cosas juntos. Los padres estaban muy contentos acompañando a los niños a los eventos y fue un evento que despertó interés y motivación en la comunidad. Los festivales escolares fueron geniales. Casi nunca se habían visto propuestas tan amplias para los niños de primaria.

En este año se reconoce la importancia de los festivales escolares y se decide profundizar en su fundamentación. A cada deporte se asigna un profesor entrenador para poder tener una mayor organización. El profesor A decide liderar el atletismo, y comienza un proceso de formación para poder difundirlo en las distintas sedes de la institución.

A: Me parece que a los niños les hace falta muchas propuestas lúdicas para que tengan un desarrollo psicomotor mucho mas robusto. Sería muy importante incentivar el miniatletismo en todas las sedes y seguir participando en Supérate con el Deporte en los festivales escolares pues las familias se integran a este tipo de actividades y los niños se sienten acompañados y apoyados.

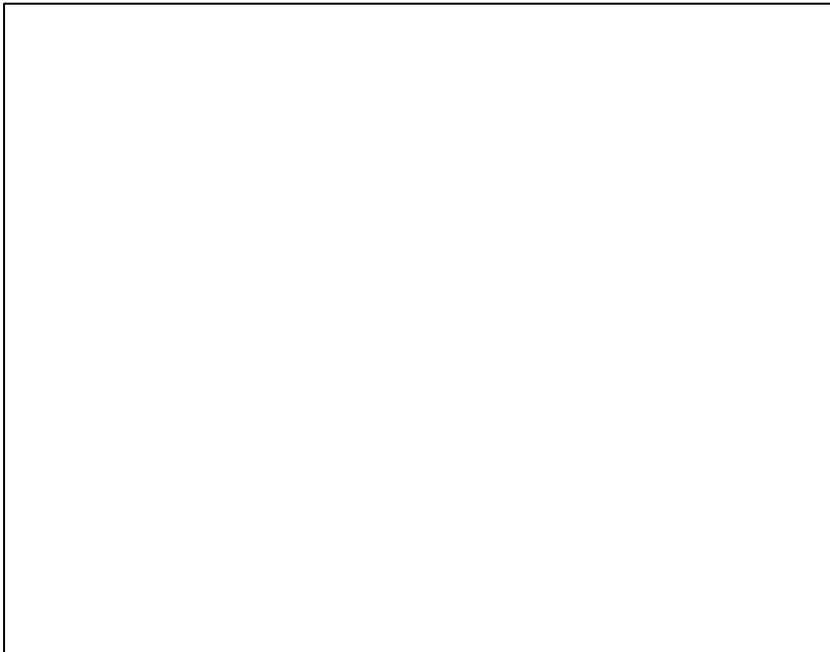


Figura 7: Foto evento festivales escolares. Supérate con el Deporte 2013. Estadio Pedro Grajales. Reconocimiento de incentivos al colegio por mayor participación. Fuente: www.calicultural.net

Años 2014 y 2015.

A partir del año 2014 , se profundiza en la propuesta de miniatletismo de la IAAF, pues ya la institución lo incluye dentro de su propuesta curricular y en los proyectos transversales como un elemento a trabajar desde las clases y con un componente altamente lúdico y que se puede adaptar a distintas edades. En este año intervengo yo, trabajando con profesores en algunas cualificaciones y realizando entrenamientos de miniatletismo con los niños desde una dimensión lúdica.

El profesor A, asiste a una capacitación de miniatletismo auspiciada por la Liga Vallecaucana de atletismo donde obtiene certificación internacional de la IAAF con el objetivo de replicar la experiencia. De esta manera la liga convoca a un evento y asisten otros profesores de la institución donde el profesor A hizo parte del equipo cualificador de los docentes de distintos colegios que recibieron la capacitación. El video del proceso de cualificación puede consultarse en la bibliografía final o en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=D15NYzYl4g4>

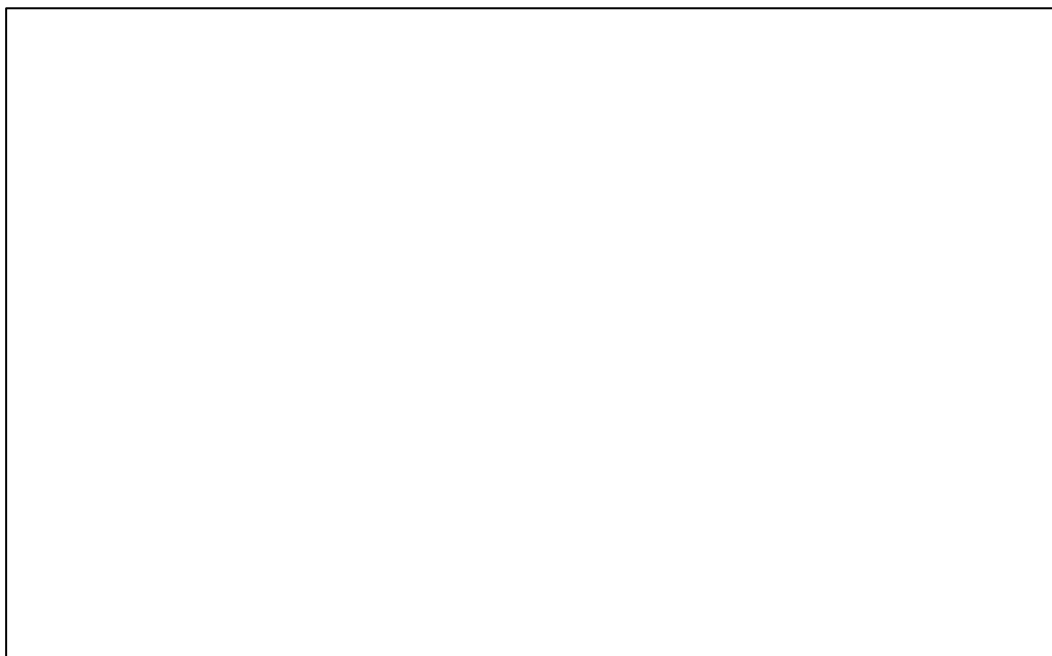


Figura 8: Trabajo con niños después del proceso de cualificación en miniatletismo. Se emplearon las herramientas e indumentaria de la IAAF. Fuente: Docente de la institución.

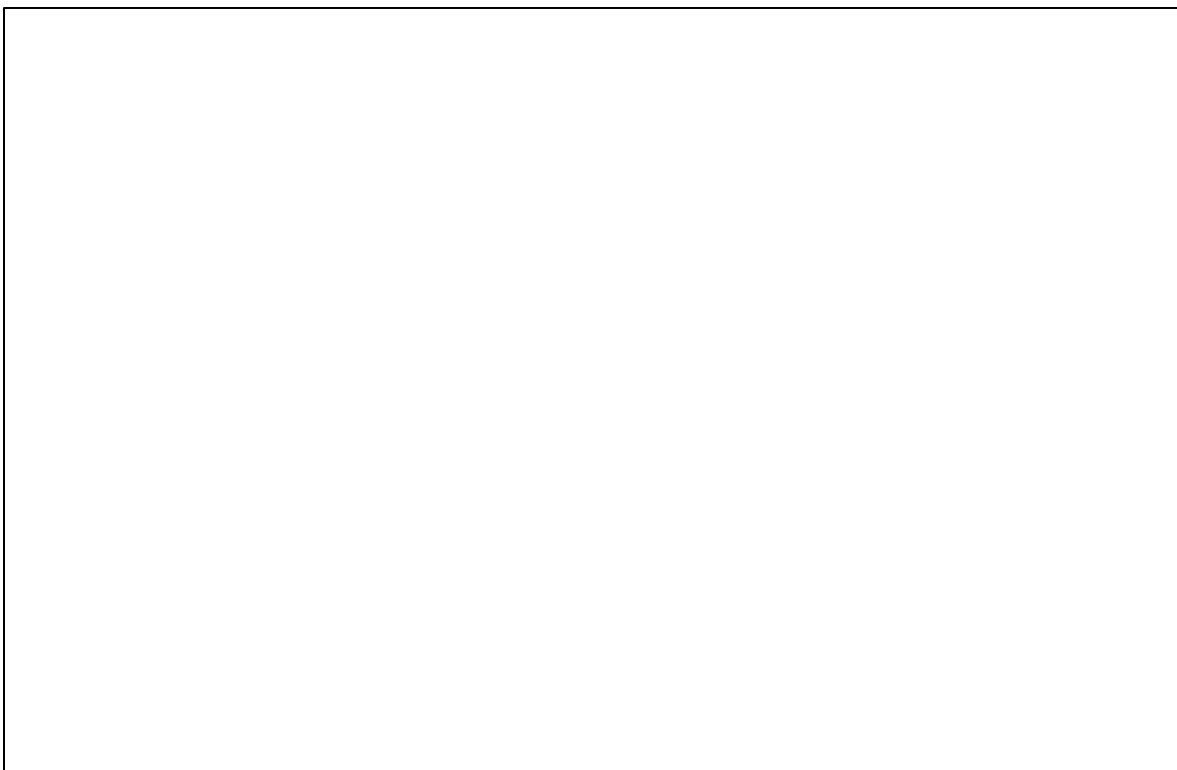


Figura 9: Foto de docentes y entrenadores en el evento de miniatletismo. 2014. Fuente: Docente de la institución.

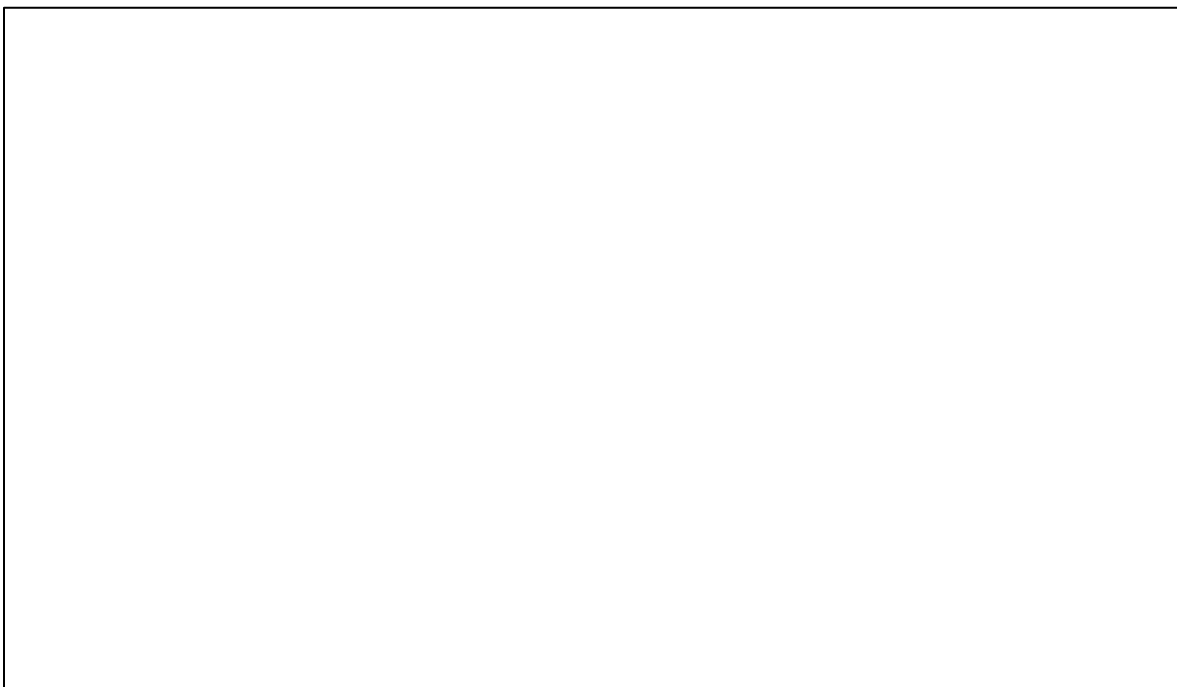


Figura 10: Festival Escolar Supérate con el Deporte 2014. Estadio Pedro Grajales. Sesión lúdica de calentamiento con música. Fuente: E Docente de la institución.

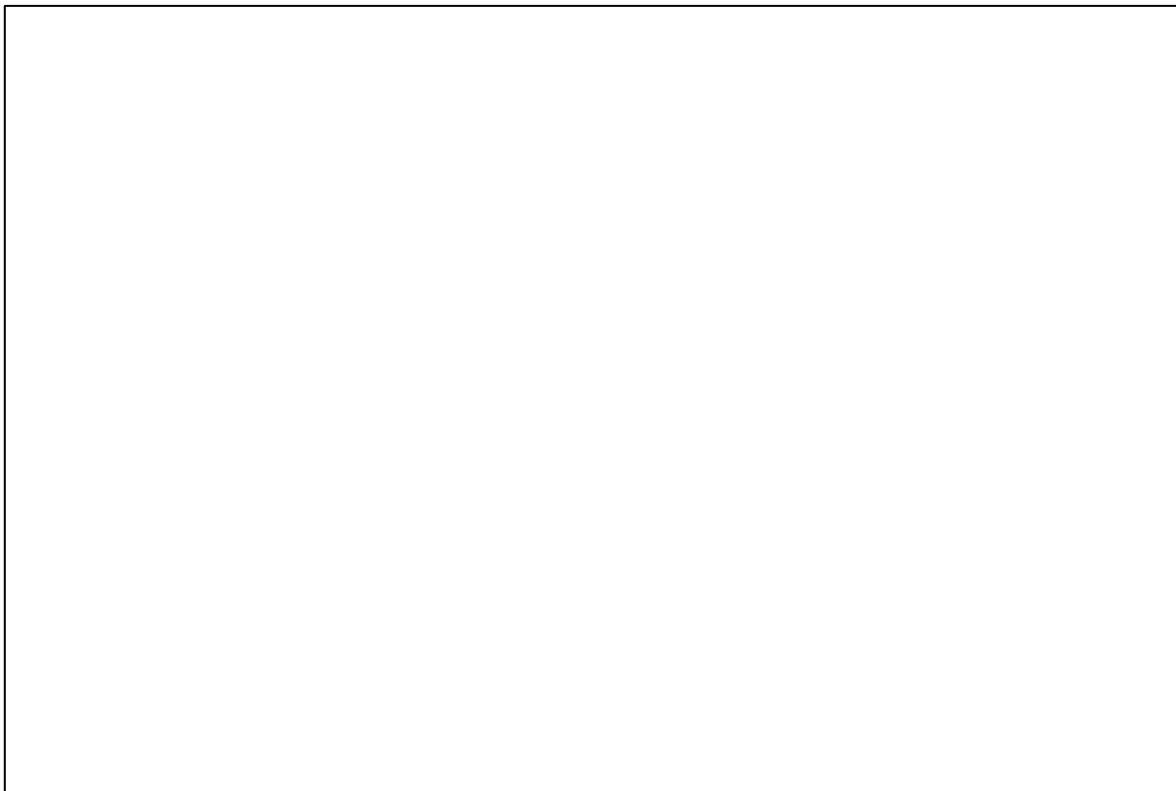


Figura 11: Estudiante del Pedro Antonio Molina en trabajo de salto. Festival escolar. Supérate con el deporte 2015. Cali. Fuente: Elaboración propia.

En este año pude realizar un aporte a la propuesta que se venía consolidando desde el año 2014, pues se pudo conjugar la propuesta de miniatletismo de la IAAF con los Festivales escolares del programa Supérate con el Deporte, ya que, en esencia, se fundamentaban en la misma conceptualización y proponían circuitos de 5 estaciones en lugar de 7, lo cual ya habíamos venido haciendo pues el tiempo estándar de dos o tres horas para 7 estaciones era un poco demandante. Lo que básicamente se realizó fue establecer un estándar de 5 estaciones y es lo que mejor ha funcionado. En el Anexo 2 se puede ver la reglamentación de uno de los Festivales escolares que contempla 5 estaciones: 1) carrera con obstáculos. 2) Prueba de agilidad 3) Lanzamientos 4) Recepción de balón. 5) carrera de relevos.

Año 2016.

En este año el presupuesto para Supérate con el Deporte 2016 fue disminuido y la entidad territorial de Cali se vio obligada a realizar un evento de menor envergadura.

Desafortunadamente ocurrieron dos sucesos que desmotivaron en parte a los docentes:

Por un lado, la entidad territorial de Cali no realizó festivales escolares en el año 2016 por el tema del presupuesto. Y el segundo, el profesor A que lideraba la propuesta de miniatletismo fue comisionado a un programa del Ministerio. Sin embargo, los docentes en sus sedes continuaron en el marco del proyecto Uso del tiempo libre 2016 con las actividades planeadas, logrando en esta ocasión, trabajar independientemente del apoyo externo, pues la idea del miniatletismo se basaba en un componente lúdico que podría practicarse al interior de las instituciones y en esta ocasión ya estaba articulado al plan de área de educación física. No obstante, en este año, la propuesta de miniatletismo se hizo al interior de las sedes como parte del proceso de entrenamiento, pero no como un gran festival.

No obstante, se continuó con las actividades del proyecto de Uso del tiempo libre que incluían los torneos de los distintos deportes, dentro de los cuales, el atletismo ya era parte de ellos.

Año 2017.

Como una forma de recibir a los niños de primaria en el año 2017, se decide organizar un gran festival de miniatletismo. Se denominó festival de la convivencia y la idea era realizar un encuentro en torno a la diversión, el respeto y el trabajo colaborativo. Los docentes organizan junto con los estudiantes de grado décimo, toda la logística para un festival de 5 estaciones que como ya se sabe, debe incluir actividades de saltar, correr y lanzar. Se utilizan las actividades de los Festivales Escolares (1. Carrera con obstáculos. 2. Prueba de agilidad 3. Lanzamientos 4. Recepción de balón. 5. carrera de relevos), con algunas ligeras variaciones para adaptarlas a todos los niños participantes. Los estudiantes de grado décimo reciben de los profesores las instrucciones y la cualificación para que organicen dichas estaciones y sepan quienes estarán fijos y quienes acompañarán la rotación de acuerdo a las directrices del miniatletismo. Se realizan los contactos con la comunidad a

través de los padres de familia y se pide prestada la cancha de fútbol que queda enfrente de la institución y que representa un lugar seguro pues está enmallada en todo su perímetro. Era la primera vez que se decidía hacer una actividad de dicha magnitud con todos los niños de 1° a 5° en un contexto distinto al de Supérate con el Deporte. Los niños de grado transición se quedaron en el colegio con actividades lúdicas distintas, organizadas por la docente y un grupo de estudiantes, pues por su edad y por seguridad se decidió hacer el trabajo de esa manera.

Los padres ayudan a hacer la hidratación que consistía en agua sola y agua de panela con limón, pues se quería incentivar el uso de bebidas más saludables. Los estudiantes de grado décimo, se encargan de direccionar el trabajo en las estaciones, tomar los registros de la puntuación, ambientar la cancha con decoraciones y con música. El docente A es invitado para que haga el calentamiento y junto conmigo, realizamos los ejercicios iniciales de manera lúdica.

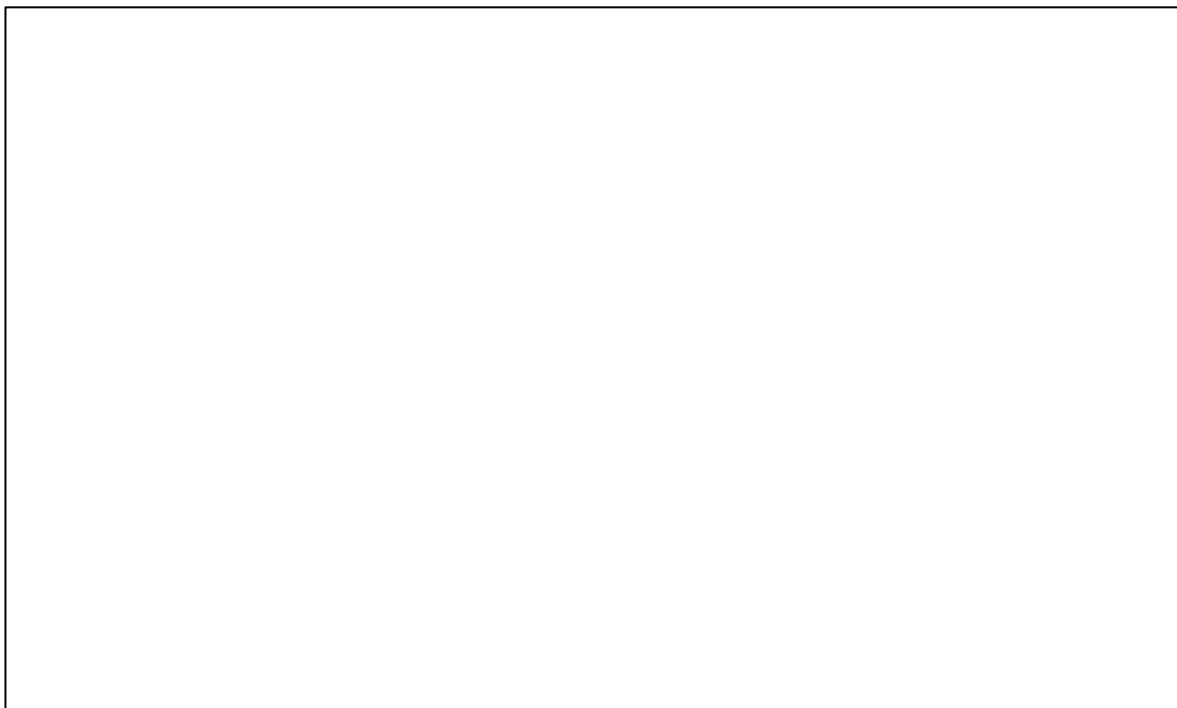


Figura 12. Calentamiento para inicio de Festival de la convivencia. 2017. Cancha de fútbol enfrente de la sede Los Vencedores. Fuente: Elaboración propia.

Los profesores son distribuidos en cada uno de los grupos de rotación. La actividad comienza a las 9:00am pero los organizadores son citados desde las 7am. Los grupos pasan por cada una de las estaciones acompañados de los docentes y hay un espacio de receso para que puedan tomar un refrigerio.

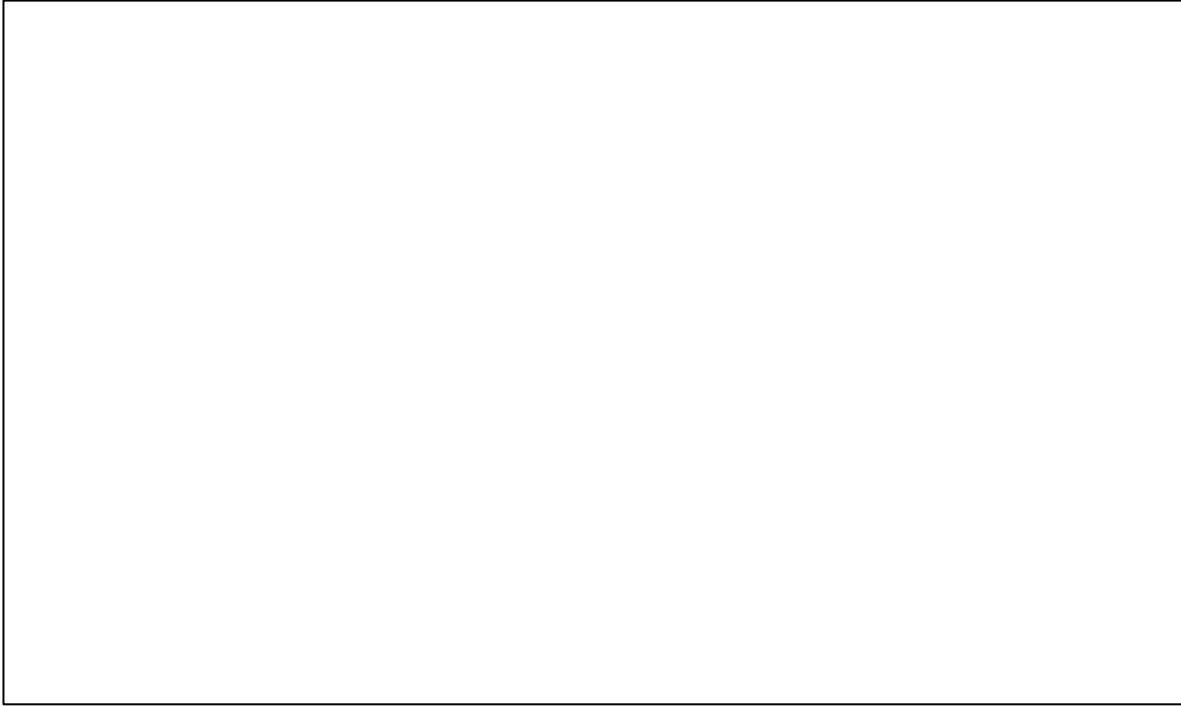


Figura 13: Foto tomada durante el receso del refrigerio. Grupo de estudiantes y profesores en la cancha de fútbol donde se llevó a cabo el festival de la convivencia. 2017. Fuente: Elaboración propia.

El evento culmina a las 11:30am. Se finaliza con media hora de aero-rumba dirigida por un grupo de estudiantes de grado décimo. Cabe destacar en esta parte el apoyo que se tuvo por parte de estos estudiantes que no sólo animaban a los niños y organizaron las actividades, sino que estuvieron pendientes de lo que no se involucraban tan fácilmente o de algunos pocos que se caían en alguna de las actividades en las distintas estaciones.

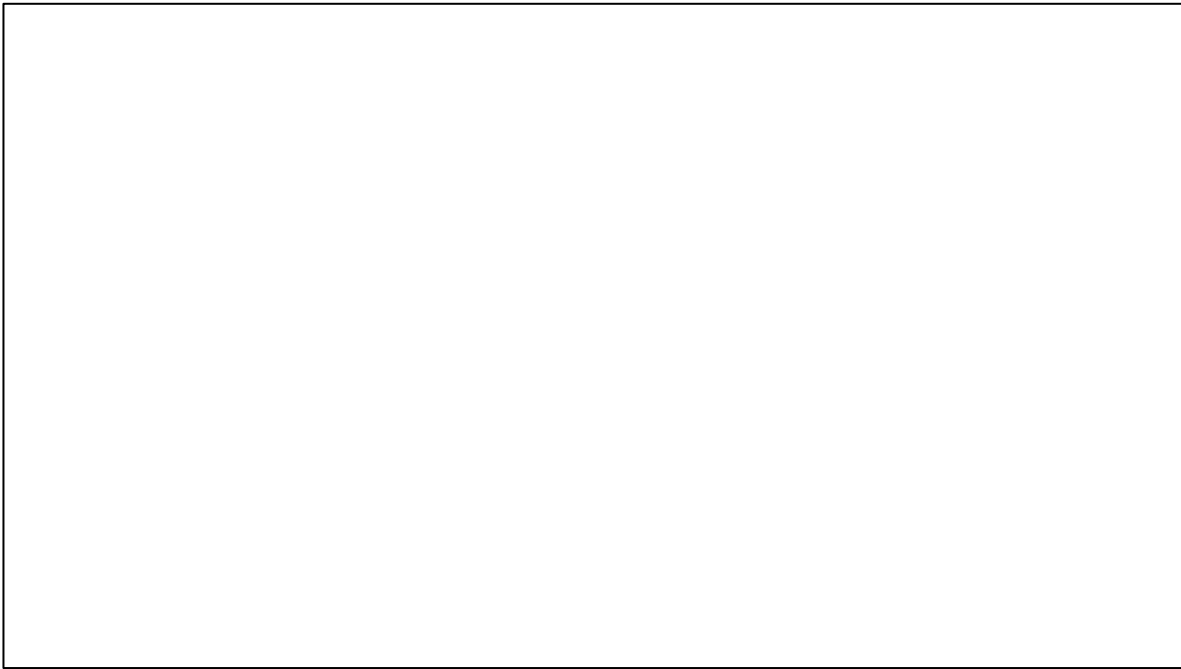


Figura 14: Aero -rumba en la finalización del festival de la convivencia. Estudiantes de grado décimo dirigen la actividad. Fuente: Elaboración propia.

Todos los grupos de niños pasaron por todas las estaciones sin mayores contratiempos y los estudiantes de grado décimo, los profesores y padres de familia estuvieron concentrados en sus funciones. La mayoría de los 300 niños que participaron aproximadamente tuvieron un excelente comportamiento.

En la evaluación que se hizo en los salones y que los directores de cada grupo ayudaron a sintetizar, los estudiantes expresaron su felicidad y su deseo de querer repetir una experiencia de ese tipo.

4.4 La reflexión de fondo.

En este punto la pregunta que guía la reflexión es poder abordar la cuestión ¿por qué pasó lo que pasó? Para abordar este ítem, se tendrán en cuenta tanto algunas de las percepciones de los actores involucrados en la experiencia, como del marco de referencia de este trabajo.

Es claro que debe existir cierta sensibilidad ante las problemáticas de los estudiantes. No se trata sólo de una sensibilidad personal, sino una especie de sensibilidad social, para poder entender lo que le puede pasar al otro, percibir su descontento así esté en silencio. Los profesores A, B Y C con los que comenzaron los relatos de la sistematización mostraban ciertas inquietudes sobre el trabajo en la clase de educación física. Pero esta inquietud también era un cuestionamiento sobre su propia experiencia y sobre los posibles factores que hicieron que ya no desearan ser como antes. Los profesores A y B, en un comienzo reconocían con nostalgia un pasado que era deseable, donde las condiciones eran distintas y había un apoyo directivo que les hacía hacer muchas cosas, ayudar a los demás y ayudarse así mismos. Sin embargo, las condiciones externas se imponían sobre las personas. En el marco legal se pudo ver como, por ejemplo, el artículo 204 de la Ley general de educación, habla sobre la importancia de “*Enseñar la utilización constructiva del tiempo libre para el perfeccionamiento personal y el servicio a la comunidad*”. Pero este ideal no siempre es coherente con lo que sucede en la práctica, pues en la institución en particular, y quizás en otras más, estos docentes no sólo enfrentan un sinnúmero de condiciones adversas que deben remediar, y quizás por ello el cansancio, después de muchos años de ver la misma realidad. Esta reflexión fue ampliamente compartida por muchos docentes que intentaban dilucidar porqué a veces se perdía el espíritu de hacer cosas juntos y compartir con otros.

No obstante, un hecho curioso salta a la vista, pues, así como se dice que en la SE, las problemáticas pueden ir variando a medida que se vive la experiencia, también los sujetos pueden ser objeto de transformación. En el caso de los docentes B y C que no deseaban hacer mucho más de lo ya realizado en sus primeros años de experiencia, terminan por volver a tener una razón motivadora para seguir trabajando de manera comprometida y proponiendo inclusive ideas nuevas para mejorar. La interpretación a este hecho se puede mirar desde el punto de vista de lo que hacen los estudiantes, en una especie de efecto

dominó. Cuando muchos de ellos comienzan a encontrar en las actividades propuestas no sólo un interés, sino un interés sostenido, tienden a expresar menos problemas de comportamiento y hasta su actitud corporal es distinta. Recordemos que la competencia expresiva corporal es de muy importante lectura en estos casos, pues el docente no siempre suele estar atento a su manifestación. El gesto suele expresar un estado de ánimo y en las actividades que comenzaron a fundamentar la propuesta del miniatletismo comenzó a notarse una actitud distinta de los estudiantes que expresaban no sólo con palabras sino con su lenguaje corporal los distintos estados de ánimo que les provocaban los distintos juegos.

Lo que quizás motiva el cambio de actitud profesoral, es la explicitación de una lectura de un gesto, de una palabra, de una acción del estudiante, que le inducen a pensar sobre algo que puede hacer para motivar una mejor. Muy parecido a cómo lo explica Piaget, en términos de la acción, pues son las interacciones las que provocan la evolución en el desarrollo cognitivo y por ende también en el cuerpo. En ese sentido, lo que quizás suceda con los estudiantes es que están siendo reconocidos no sólo en lo que dicen, sino en lo que expresan sus cuerpos cuando interactúan con el docente y con las diversas actividades propuestas.

Se podría pensar que el éxito del miniatletismo en esta institución se deba a su carácter lúdico y de juego, pero no nos podemos quedar allí. Existe en dicho carácter lúdico, algunas características que tal vez puedan ser explicadas desde el carácter social que se le pretende dar a la educación física desde los mismos lineamientos curriculares.

En primer lugar, porque fueron actividades que se hicieron con ayuda de otros y con un interés en particular. Y, en segundo lugar, porque dentro de las características del miniatletismo esbozadas por la IAAF, está su carácter inclusivo, integrador. Nadie debe quedarse sin participar. Hay que hacer todo lo posible para que todos entren en la dinámica de la sana competencia, del trabajo en equipo, colaborativo y solidario. No hay que olvidar que desde las primeras formulaciones de los proyectos de Uso del tiempo libre en la institución -particularmente desde el año 2011- se quería encontrar un conjunto de

actividades donde todos pudieran participar y ese carácter de no querer excluir a nadie es lo que mas este influyendo en el éxito de la propuesta llevada a cabo durante todos estos años.

Además, hay un componente adicional en la institución que debería fomentarse de manera más amplia: Tanto en los festivales realizados al interior de la institución como los realizados por fuera de ellas en eventos como Supérate con el Deporte, la mayoría de padres y acudientes no sólo acompañaban a sus hijos, sino que también colaboraban con las distintas actividades. Esa relación comunidad- escuela tan valorada en los trabajos de los años setenta y ochenta desde enfoques como la Investigación – Acción y asumidos en este relato, permiten ser conscientes de la necesidad de generar propuestas encaminadas a que la propia escuela no sea un lugar de encierro en sí misma.

Con respecto a las actividades de correr, saltar y lanzar, que se mantuvieron como constantes en todos los entrenamientos y en los propios festivales, los docentes pudieron evidenciar la pertinencia de no limitar el miniatletismo a correr, pues en el comienzo de la experiencia en los primeros relatos que algunos hicieron, explicitaban que identificaban el atletismo con correr. Esto representó una evolución positiva porque en los planes de área y de aula para la educación primaria, comenzaron a aparecer actividades de lanzar y saltar, de manera mucho más sistemática y rigurosa. Esto indica que en el proceso de SE se comenzaron a generar aprendizajes en los docentes que hacían que sus prácticas tuvieran cierta transformación con mayor impacto en las distintas habilidades que se esperaban que desarrollaran los estudiantes. .

Y en términos de competencias propias de la educación física podemos hablar desde dos puntos vista:

El primero relacionado con los docentes que identificaban en las actividades aplicadas diversos elementos de la competencia motriz, la expresiva corporal y la axiológica corporal. La motriz que enfatizó en la idea de movimiento a través de las actividades lúdicas, la expresiva corporal a través de la lectura de los gestos y las actitudes y la axiológica relacionada con el establecimiento de reglas que a su vez no se identificaban desde un

punto de vista punitivo, sino como parte inherente de un buen proceso comunicativo y de un desarrollo más eficiente del trabajo colaborativo. Aquí por ejemplo un estímulo por un premio resultaba irrelevante, pues importaban más las metas grupales que las individuales. En el festival realizado por ejemplo en el 2017, al final nadie preguntaba ¿quién ganó? a pesar de que había una puntuación que se socializó. En la evaluación que realizaron los profesores recalcaban este hecho como algo curioso, pero quizás la misma dinámica de la sana competencia y del disfrute por lo que se estaba haciendo, hacia olvidar este factor del incentivo material.

Los docentes cada vez fueron mas conscientes de que una buena fundamentación en aspectos centrales de la actividad física, que era posible desarrollar mediante el miniatletismo, no sólo involucraban el aspecto corporal, sino que ameritaba una reflexión sobre las diversas tendencias de la educación física mostradas en los referentes conceptuales (1. Énfasis en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física; 2. Énfasis en las actividades recreativas y de tiempo libre; 3. Énfasis en la psicomotricidad; 4. Énfasis en la estética corporal, el mantenimiento de la forma y la salud; 5. Énfasis en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas). Esta ampliación del espectro de posibilidades de la educación física que los docentes y estudiantes no habían podido vivenciar de manera tan contundente, antes del año 2011, se materializaron en las distintas fases de organización de los festivales de miniatletismo, donde desde la etapa de planeación era importante un trabajo sincronizado y con un poder de comunicación y de querer hacer las cosas lo mejor posible.

En las distintas reuniones de socialización y seguimiento a la propuesta, los docentes también eran más conscientes de la importancia de basarse en datos (encuestas, entrevistas, investigaciones) para tomar decisiones mas certeras y que permitieran afrontar las dificultades con un mayor número de conocimientos. Por ejemplo, en el proyecto del año 2011, ya era evidente, a través de los análisis de las encuestas del DANE, que había una tendencia nacional a que los estudiantes fueran capturados por actividades que no potenciaban el movimiento -como dedicarle mucho tiempo a ver televisión- o que sencillamente manifestaran una tendencia hacia el ocio pasivo.

El segundo aspecto a resaltar está relacionado con los estudiantes, quienes representan un punto de observación que amerita una lectura minuciosa. Ellos fueron capaces de ir formando hábitos corporales motivados por las actividades del miniatletismo. Casi nunca, alguno de ellos desistía de realizar los retos en las estaciones, y cuando sucedía, siempre estaba alguien allí (su compañero, un profesor o su padre de familia) apoyando el desempeño. Los gestos corporales más notorios en ellos eran la sonrisa, el salto en el puesto esperando el turno, la palmada en el hombro de su compañero dándole apoyo. Esto hace pensar que este tipo de propuestas podría llegar a fundamentar muchas actividades desde el punto de vista de la educación física como práctica social y cultural que se presentó en el referente conceptual.

Queda por determinar el impacto de una actividad sostenida en el tiempo cuando ya no estén las personas que tradicionalmente la ha liderado, pero este es un punto que los docentes toman como un reto y como un punto de indagación futura.

4.5 Los puntos de llegada.

Se tuvo la oportunidad a mediados del año 2017, de tener un espacio de socialización con los docentes para hacer una reflexión sobre lo vivido hasta el momento y de cómo la experiencia ha permitido nutrir la práctica pedagógica en la institución con respecto a la enseñanza de la educación física y la práctica misma del miniatletismo.

La socialización se llevó a cabo en dos tiempos. En el primero de ellos se presentaron los rasgos mas sobresalientes del proceso de sistematización. Esta parte fue expuesta por los 3 de los 4 docentes que lideraron el proceso junto con el autor de este trabajo. Y en el segundo, se abrió un espacio para que se aportaran reflexiones, críticas y aportes para la continuación y fortalecimiento del trabajo llevado a cabo. No solamente asistieron docentes, sino que se invitaron algunos padres de familia y estudiantes de primaria y secundaria. Los siguientes puntos son la síntesis de dicho trabajo:

- Destacan el papel relevante del capital humano, el compromiso y de la eficiencia en los procesos de comunicación que permitieron sortear muchas dificultades, comenzando por aquellas relacionadas con la poca emotividad al comienzo de algunos docentes para emprender un proyecto nuevo.
- Muchos resaltaron el papel importante de los materiales empleados en las actividades y de la creatividad con la que fueron elaborados, pues fue un aspecto que no se explicitaba mucho pero que era fundamental a la hora de materializar las actividades.
- Los estudiantes enfatizaban en el carácter motivante de las actividades, que les permitía no sólo divertirse, sino ir desarrollando ciertas habilidades motoras con partes de su cuerpo que no solían entrenar. Este aspecto es muy importante si se tiene en cuenta el objetivo específico número 2 que enfatizaba en la necesidad del desarrollo de distintas habilidades psicomotrices.
- Los docentes manifestaron que eran múltiples aprendizajes que habían adquirido y que les interesaba mucho el modelo de Oscar Jara para sistematizar sus propias experiencias. Reflexionaban sobre la importancia de no sólo haber hablado del modelo sino de haberlo vivido en *carne propia*, pues fueron partícipes en la elaboración y refinación de los instrumentos para recolectar los datos y de la forma en cómo se podían tomar de mejor manera los distintos registros audiovisuales junto con los relatos escritos.
- Dentro de los interrogantes que se hacen los asistentes, sobresale la preocupación por el cambio de docentes que a veces son los que lideran ciertos proyectos, pero cuando se van no hay nadie quien los retome con la seriedad necesaria para que tengan una continuidad y un impacto mayor en las escuelas. ¿Qué hacer en estos casos? Algunos asistentes manifiestan la importancia de que lo que se ha realizado y se ha hecho bien, puede ser replicado por una persona siempre y cuando tenga un buen nivel de compromiso. No se puede obligar a alguien a hacer algo que no le nace.
- Reconocen en la experiencia de estos años con el miniatletismo, algo que ha venido evolucionando de manera muy positiva. Destacan el papel importante que jugó el programa Supérate con el Deporte y lamentaron la disminución en la financiación

que hicieron que en el año 2016 no se realizaran los festivales escolares. Llamen la atención sobre la necesidad de encontrar cada vez más acercamientos entre la institución y las ligas deportivas.

- Un aspecto evidenciado en los instrumentos de evaluación de actividades (Anexo 1) era la forma en cómo se expresaba el componente emocional -que puede entenderse desde el punto de vista de la competencia axiológica- ya que algunas percepciones negativas -para el caso de los estudiantes- comenzaron a disminuir a medida que avanzaba el tiempo. Expresiones como “me sentí mal porque no me gusta correr”, “a mi casi no me gusta el deporte”, “hay mucho niño grosero que se burla de todo lo que uno hace”, etc, comenzaron a disminuir. Esto fue más que evidente en la evaluación realizada en el festival de la convivencia realizado en el año 2017, donde el 94% de los niños realizaron apreciaciones positivas y en la columna denominada “sugerencias para mejorar” hablaban de aspectos como “que dure mas tiempo la actividad”, “que la música suene mejor”, “que se haga mas veces en el año”.
- Se resalta que el miniatletismo logra el propósito de plantear actividades que propicien una participación masiva de los estudiantes, donde se pueden involucrar muchas personas de toda la comunidad y que se deben seguir propiciando este tipo de propuestas donde se trabaje por objetivos comunes.
- En los aspectos por mejorar resaltan la dinámica de la logística para que pueda existir una mejor sincronización en las funciones y delegar algunas personas que sirvan como una especie de “toderos” para que resuelvan distintos tipos de impases que a veces es difícil predecir con anterioridad.

Los puntos anteriores dejan ver que en general la propuesta del miniatletismo presenta muchas más ventajas que limitaciones, y que aunque estas últimas siempre tiendan a presentarse, cuando existe un equipo de trabajo comprometido, se buscan soluciones concertadas que involucren los conocimientos de las personas, su experiencia, sus emociones y elementos de ayuda externos como los ofrecidos por los resultados de investigación, las asesorías de entes gubernamentales y los recursos de diversas fuentes para sostener el proceso vivido.

5. CONCLUSIONES

El trabajo realizado ha dejado ver la importancia del miniatletismo como propuesta metodológica, con un enfoque más lúdico que propiamente competitivo, y que puede ser implementada en una institución educativa y permite ver los alcances de los objetivos específicos que se plantearon. Veamos:

Objetivo específico 1: Incluir el miniatletismo en una propuesta curricular de educación física en la institución educativa Pedro Molina.

Este objetivo se cumplió ya que la propuesta del miniatletismo de la IAAF fue incluida dentro del programa curricular de la institución educativa Pedro Antonio Molina no sólo como parte del plan de área de educación física, sino como parte también de los proyectos transversales. A nivel de las clases, se lograron dar directrices concretas y precisas para que los docentes cuenten con una serie de actividades que involucran las habilidades de correr saltar y lanzar.

Objetivo específico 2: Incentivar en estudiantes y profesores la práctica del miniatletismo en la educación primaria como un espacio de motivación y desarrollo de distintas habilidades psicomotrices.

Este objetivo se logró en gran medida porque la SE mostró el reconocimiento de los docentes y estudiantes en la importancia de las actividades del miniatletismo no sólo como fuente de un trabajo motivador y lúdico, sino por las distintas competencias que se pudieron evidenciar como la motriz, la expresiva corporal y la axiológica corporal. Lo cual pone de manifiesto la pertinencia de algunos de los planteamientos de Piaget sobre la continuidad entre los esquemas sensorio motrices y cognitivos.

Objetivo específico 3: Brindar pautas para que los docentes tengan herramientas para sistematizar una experiencia desde el punto de vista de la práctica de la educación física en las escuelas.

Este objetivo también se cumple dado que los mismos docentes manifestaron el aprendizaje que adquirieron no sólo en términos de herramientas conceptuales, sino que al mismo

tiempo pudieron ser partícipes del proceso de sistematización, con la ayuda del método de los cinco tiempos presentados por Jara (1994). Reconocieron distintas técnicas para realizar la sistematización como el relato y la memoria, y con distintos instrumentos que se pueden usar y flexibilizar de acuerdo al objetivo del trabajo y del tratamiento que se requieran de los datos, sobre todo desde el punto de vista de la investigación acción en la cual se circunscribió la SE.

En cuanto a la pregunta problema que orientó el informe final ¿Qué elementos en el contexto de la propuesta de Mini atletismo de la IAAF pueden potenciar la sistematización de una experiencia en el colegio Pedro Antonio Molina de la ciudad de Cali? se pudo evidenciar que la característica principal que permitió potenciar la SE lo representa el carácter social del miniatletismo y su posibilidad masiva de participación, por ser una actividad que integra las personas en un escenario de tolerancia, respeto y sana convivencia, y además por las distintas fuentes de información que origina para poderse convertir en una experiencia significativa que involucra procesos de comunicación con la comunidad, donde se pudo romper las barreras físicas de la escuela y utilizar la ciudad como escenario pedagógico por excelencia. Dicha significancia para los actores involucrados es un aspecto que no hay que subvalorar y que en la SE como enfoque metodológico, representa un valor agregado de elevada trascendencia, dadas las fuentes conceptuales de donde se origina, y sobre todo, por el trabajo con las poblaciones mas vulnerables.

También vale la pena mencionar la relevancia que adquiere este tipo de estudios desde el punto de vista de la divulgación, no sólo para la institución educativa, en donde se materializó, sino también para la comunidad circundante, pues son padres y madres de familia que tienen hijos o familiares en el colegio y que ven en la práctica deportiva y en el buen uso del tiempo libre, una posibilidad para afrontar fenómenos como los del micro tráfico y violencia que cada vez se acrecientan más en el sector.

Igualmente para los profesores de educación física, sobre todo para los de educación primaria en donde se centró esta SE, se sugiere las reflexiones realizadas en los

Lineamientos Curriculares de educación física, así como también el documento número 15 del MEN, que presentan todavía una vigencia conceptual y una guía de orientación metodológica para las clases desde el punto de vista de un trabajo por competencias.

5.1 Recomendaciones

Como expectativas de trabajo a futuro, se dejan planteados los siguientes interrogantes que pueden direccionar distintos tipos de enfoques con metodologías cualitativas:

¿Cuál es la probabilidad de que el miniatletismo termine por convertirse en una práctica rutinaria despojada de su razón de ser como elemento lúdico y de desarrollo de distintas competencias motoras, expresivas y axiológicas?

¿Qué papel juegan las entidades externas a las instituciones educativas en la promoción y animación del miniatletismo para configurar un programa de trabajo tal como lo ha pretendido la IAAF?

¿De qué manera ofrecer a los estudiantes una amplia gama de alternativas de práctica deportiva y de buen uso del tiempo libre cuando se carecen de los recursos financieros necesarios para materializarla y en donde las poblaciones más vulnerables tienden a carecer de propuestas de desarrollo corporal de calidad?

Finalmente desde nuestro punto de vista se hace un llamado de atención a las instituciones educativas, en especial del sector oficial, para que se puedan ir tejiendo redes de trabajo colaborativo, con experiencias significativas en el campo de la educación física que se puedan divulgar, inicialmente en eventos locales, y que tengan la orientación de masificar la participación de estudiantes en distintas actividades de uso del tiempo libre, tal como se pretendió mostrar en este trabajo para el caso del miniatletismo. Quizás valga la pena continuar viajando hacia un proyecto macro que integre distintas perspectivas culturales, deportivas y espacios de sana convivencia, para la juventud y la niñez.

6. BIBLIOGRAFIA

- Berro, M. (2009). Propuesta metodológica para la enseñanza de atletismo en la institución educativa oficial Eustaquio Palacios en los grados 1-2-3 de básica primaria en la comuna 20 (Cali). Trabajo de grado no publicado.
- Baque, L. (2013). Plan de capacitación en miniatletismo para los entrenadores de la federación deportiva de la provincia de Santa Elena, año 2013.
- Constitución Política de Colombia. (1991). Bogotá, Colombia.
- Corrales, H., y Suarez, M. (2014). La importancia de los juegos predeportivos en el mejoramiento de las habilidades motoras básicas requeridas en el aprendizaje del atletismo. Trabajo de grado no publicado. Universidad del Valle.
- Gonzalez, E. (2006). ¿Es el deporte, la recreación y la educación física en Colombia, un derecho fundamental? Trabajo de grado no publicado. Medellín.
- Gozzoli, C., Locatelli, E., Massin, D., & Wangemann, B. (2002). Atletismo para niños - IAAF. Una guía práctica.
- Hoyos, A. (2011). Algunos problemas didácticos en la clase de educación física. En : EF deportes. Revista digital. No. 152. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd152/problemas-didacticos-en-la-clase-de-educacion-fisica.htm>
- Gozzoli Ch., Simohamed J., Malek, A., (2006). IAAF. Atletismo para niños. Una guía práctica.
- Jara, O. (1994). Para sistematizar experiencias: una propuesta teórica y práctica. Centro de Estudios y Publicaciones ALFORJA – Instituto Mexicano para el Desarrollo Comunitario, San José, Costa Rica.

Ley General de Educación. (1994). Colombia.

Mckernan. (2001). Investigación y currículo. Ediciones Morata. 2da edición. Madrid.

MEN-Ministerio de Educación Nacional- Lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte. (2002). Colombia.

MEN. (2006). Estándares Básicos de Competencias en Lenguaje, Matemáticas, Ciencias y Ciudadanas. Bogotá: MEN.

MEN, (2010). Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deportes. Colombia.

MPS-Ministerio de Protección Social. (2009). Guía de sistematización de experiencias. Haciendo memoria de las redes sociales de apoyo. (RSA).

Plan Decenal de Educación 2006-2016. Colombia

Plan Decenal de Educación 2016-2026. Colombia.

Piaget, (1937). *La naitssance de l'Énfant*. Delachoux-Niestlé. Neuchatel-Paris. Traducción al castellano: El nacimiento de la inteligencia en el niño. Editorial crítica. Barcelona. (Edición consultada, 1990b).

Souza, R. (2011). La investigación-acción como herramienta de construcción del currículo social de la escuela. Revista Educamazonia. Vol 1. N° 6.

Thorpe, R. y Bunker, D. (1983). A new approach to the teaching of games in physical education curriculum.

Turner A.P., y Martitinek, Th. J. (1992). A Comparative Analysis of two Models for Teaching Games (Technique Approach and Game-Centered (Tactical Focus) Approach).

Valero, (2006). La iniciación al deporte del atletismo: Del modelo tradicional a los nuevos enfoques metodológicos.

Werner, P. y Almond, L. (1990). Models of Games Education. The Journal of Physical Education, Recreation & Dance.

Documentos Institucionales

- 1) Proyecto Uso del Tiempo Libre de la Institución Pedro Antonio Molina (Años 2011 a 2016).
- 2) Plan de área de educación física.
- 3) Planes de aula de educación física de los docentes.

Videos que apoyaron el proceso de sistematización:

1. Carrera Spiridon Mayo 29 de 2011.

<http://www.dailymotion.com/video/xj3qm6>

2a. Celebración Semana Cultural 2012.

<https://www.youtube.com/watch?v=PUPU8bQtDBY>

2b. Evento de Sana convivencia. 2012

<https://www.youtube.com/watch?v=ys2B6V09z4Q>

3. Integración recreativa en las piscinas. Junio 2013.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=395&v=nrLdiwaUOes

4. Curso de cualificación y práctica de miniatletismo con la Liga Vallecaucana de Atletismo. (Instalaciones de la Escuela Nacional del Deporte – Cali). Febrero de 2014

<https://www.youtube.com/watch?v=D15NYzYl4g4>

ANEXOS

ANEXO 1: Formato de evaluación de actividades.

Actividad realizada: _____

Docente _____ Directiva: _____ Estudiante: _____ Acudiente o Padre de Familia _____

Por favor, completa con mucha sinceridad la siguiente tabla de acuerdo a la actividad realizada.

Lo que más me gustó de la actividad realizada	Lo que menos me gustó de la actividad realizada	Sugerencias para mejorar la actividad en una próxima ocasión
¿Cómo te sentiste en la actividad realizada?		

ANEXO 2: Ejemplo de actividades desarrolladas en los Festivales Escolares en el evento Supérate con el Deporte.

Anexo 3 : Formatos de solicitud de permiso para asistencia de estudiantes a eventos deportivos

INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICA INDUSTRIAL PEDRO ANTONIO MOLINA
SEDE: _____ - Octubre ____ de 2013
SOLICITUD DE PERMISO PARA PADRES DE FAMILIA.

SR. Acudiente.

La institución tiene el agrado de informarle que su hijo(a) _____

_____ ha sido seleccionado para integrar el equipo de _____ que representará al colegio en los Juegos Intercolegiados Supérate 2013. Se necesita de su autorización para que el estudiante pueda participar en dicho evento. Con su autorización usted hace constar que el estudiante se encuentra en buen estado de salud para participar y que usted otorga el permiso.

¿Usted otorga el permiso? SI _____ NO _____

NOMBRE DEL ACUDIENTE: _____ TEL. _____

FIRMA DEL ACUDIENTE: _____

Anexo 4: Formatos de solicitud de permiso a padres de familia para toma de registros de material audiovisual con fines netamente académicos.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO ANTONIO MOLINA
AUTORIZACIÓN PARA TOMAR REGISTROS AUDIOVISUALES.

Abril ____ de 2014

Sr(a) acudiente:

Cordial Saludo.

En nuestra institución se lleva a cabo el desarrollo de una propuesta de miniatletismo donde se hace necesario tomar algunos registros fotográficos y/o videos.

Queremos solicitar su autorización para que se puedan tomar algunos de estos registros fotográficos y grabaciones en video que se usarán con fines netamente académicos para poder mostrar el trabajo realizado ante la comunidad educativa.

¿Otorga su autorización? SI _____ NO _____

FIRMA DEL ACUDIENTE: _____

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____

Anexo 5: Sustrato del Proyecto Uso del Tiempo Libre – Sede Los Vencedores. Año: 2011.

3. Problemática y Justificación

Muchos de los estudiantes de la sede Los Vencedores no saben cómo aprovechar de la mejor manera su tiempo libre y no lo invierten en actividades que pueden ayudarlos a salir de la rutina y encontrar satisfacción, salud y bienestar en lo que están realizando. Igualmente un buen uso del tiempo libre puede reducir los niveles de estrés que se manejan en las instituciones debido a la saturación del currículo de materias muchas veces sin conexión alguna, lo que acarrea en el estudiante un desinterés paulatino que en los casos más graves hace que estos estudiantes pasen de institución a institución, tratando de encontrar una propuesta atractiva para sus vidas que en muchas ocasiones no encuentran y terminan por abandonar los estudios.

En su encuesta del 2009, el DANE hizo evidente como los niños y jóvenes colombianos no cuentan con una propuesta seria en materia de cultura, recreación y deporte que les permitiría participar de escenarios vitales para su formación. Cada día hay más sedentarismo, lo que hace del cuerpo un sistema estático que finalmente deviene en diversos tipos de dificultades como enfermedades y problemas sociales. La siguiente gráfica ilustra el porcentaje de personas en Colombia de 5 a 11 años, por actividad cultural realizada en el año de 2.008³:



³ La encuesta de Consumo Cultural contó con 35.275 encuestas completas frente a un total de 38.275 encuestas realizadas, con muestras tomadas de todo el país.

Lo anterior muestra, según la encuesta realizada, que un porcentaje elevado, no realizó algún tipo de actividad.

También es evidente que los jóvenes dedican cada vez más tiempo a los audiovisuales y medios de comunicación (Televisor, Internet, ocio pasivo), actividades que en sí mismas no son malas, pero que hay que trabajar de manera adecuada, para que existan otros escenarios de participación y fortalecer reflexiva y críticamente los ya existentes. El siguiente gráfico ilustra el porcentaje de personas de 12 años y más que invirtieron por lo menos una hora en tiempo libre de lunes a domingo en la última semana previa a la encuesta, según tipo de actividad realizada.

