

ULTIMATE FRISBEE COMO MEDIO PEDAGÓGICO PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL DE ESTUDIANTES

ULTIMATE FRISBEE AS A PEDAGOGICAL MEDIUM FOR STRENGTHENING THE BODY AXIOLOGICAL COMPETENCE OF STUDENTS

O ULTIMATE FRISBEE COMO MEIO PEDAGÓGICO PARA FORTALECER A COMPETÊNCIA AXIOLÓGICA DO CORPO DE ALUNOS

Jairo Nell Rodríguez Gómez¹

Fecha de recepción: 06 de junio de 2021

Fecha de aceptación: 07 de julio de 2021

Resumen

Este artículo es derivado de la investigación titulada: "El Ultimate Frisbee como estrategia pedagógica para el fortalecimiento de la competencia axiológica corporal de los estudiantes del grado 8-5 de la Institución Educativa Municipal ciudad de Pasto de San Juan de Pasto". El objetivo general es contribuir al fortalecimiento de la Competencia Axiológica Corporal en los estudiantes del grado 8-5 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, de San Juan de Pasto, con el fin de analizar los efectos del Ultimate Frisbee sobre la Competencia Axiológica Corporal. Se construyó a partir del paradigma cualitativo, el enfoque crítico social y el método de investigación acción. Utilizando como técnicas de recolección de información la observación participante, el árbol de problemas y el muro. A partir de lo aplicado, vivenciado y obtenido, se puede afirmar que el Ultimate Frisbee es una estrategia innovadora y a su vez trascendente para trabajar la Competencia Axiológica Corporal, demostrando que es posible aplicar otro tipo de herramientas a las comunes siendo así efectiva en el objetivo de Fortalecer la Competencia Axiológica Corporal al permitirle al individuo desarrollar habilidades, actitudes y conocimientos específicos de un determinado comportamiento para actuar en el entorno que lo rodea, esto a través del campo de trabajo de la Educación Física.

Palabras claves: autoestima; competencia axiológica corporal; conocimiento de sí; interacción social; relaciones sociales

Abstract

This article is derived from the research entitled "Ultimate Frisbee as a pedagogical means for strengthening the body axiological competence of 8-5 grade students from the municipal educational institution Ciudad de Pasto de San Juan de Pasto". The general objective of this document was to contribute to the strengthening of the Body Axiological Competence in 8-5 grade students of the Municipal Educational Institution Ciudad de Pasto, San Juan de Pasto. However, this article is built on the specific objective 1, that wanted to analyze the effects of Ultimate Frisbee on Body Axiological Competence in 8-5 grade students of the Ciudad de Pasto Municipal Educational Institution, in San Juan de Pasto. Therefore in this text we used a qualitative paradigm with a critical social approach and an action research method within a participant observation, using techniques as problem trees and the wall to gather some information. From this we can affirm that Ultimate Frisbee is an innovative

¹ Correo electrónico: jairo51567@gmail.com

and transcendent strategy to work on Body Axiological Competence, showing that it is possible to apply other types of tools, thus being effective in the objective to Strengthen the Body Axiological Competence by allowing the individual to develop skills, attitudes and specific knowledge of a certain behavior to act in the environment that surrounds it, this through the field of work of Physical Education.

Keywords: self-esteem; body axiological competence; self-knowledge, social interaction; social relationships

Resumo

Este artigo é derivado da pesquisa intitulada: “O Ultimate Frisbee como meio pedagógico para fortalecer a competência axiológica corporal dos alunos do 8º ao 5º ano da instituição educacional municipal cidade de Pasto de San Juan de Pasto”. O objetivo geral da pesquisa foi contribuir para o fortalecimento da Competência Axiológica Corporal nos alunos do 8º ao 5º ano, da Instituição Educacional Municipal Ciudad de Pasto, de San Juan de Pasto. No entanto, o texto está construído sobre o objetivo específico 1 da pesquisa, que foi analisar os efeitos do Ultimate Frisbee sobre a Competência Axiológica Corporal, nos alunos do 8º ao 5º ano da Instituição Municipal de Ensino Ciudad de Pasto, de San Juan de Pasto. Dessa forma, no texto retoma-se o paradigma qualitativo, a abordagem crítica social e o método de pesquisa-ação, com o interesse de responder a este objetivo, utilizando técnicas de recolha de informação como a observação participante, a árvore de problemas e o muro. A partir do que foi aplicado, vivenciado e obtido, pode-se afirmar que o Ultimate Frisbee é uma estratégia inovadora e ao mesmo tempo transcendente para trabalhar a Competência Axiológica Corporal, demonstrando que é possível aplicar outros tipos de ferramentas que proporcionem para o fortalecimento da Competência Axiológica Corporal ao permitir que o indivíduo desenvolva habilidades, atitudes e conhecimentos específicos de um determinado comportamento, para atuar no meio que o rodeia, isso através do campo de trabalho da Educação Física.

Palavras-chave: autoestima; competência axiológica corporal; auto-conhecimento; interação social; relações sociais



Para citar este artículo

Rodríguez Gómez, J. N. (2021). Ultimate Frisbee como medio pedagógico para el fortalecimiento de la competencia axiológica corporal de estudiantes. *Lúdica Pedagógica*, 1(34), 23-34. <https://doi.org/10.17227/ludica.num34-14078>

INTRODUCCIÓN

La presente investigación está encaminada al análisis y la comprensión de las diferentes observaciones realizadas al grupo sujeto de estudio del grado 8-5 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, de San Juan de Pasto. La población se caracterizó por ser un grupo mixto conformado por veintiocho niños en su totalidad, de los cuales doce son hombres y dieciséis son mujeres, que oscilan entre trece y catorce años de edad, residentes en barrios aledaños a la institución, que comprenden estratos sociales 0, 1 y 2.

En el desarrollo del proceso investigativo se evidenció que las expresiones emocionales en la comunicación entre los integrantes del grupo eran inestables. Para corroborar dicha problemática se realizaron observaciones en diferentes espacios académicos, en las que se encontró que la participación de los estudiantes se veía afectada, debido a una notoria y constante timidez, además se mostraban inseguros al realizar actividades colectivas que implicaban un desenvolvimiento personal.

El eje central de la presente investigación es la competencia axiológica corporal. Para corroborar la importancia de dicho tema se realizó una investigación a partir de diversas recopilaciones teóricas en los niveles internacional, nacional y regional, las cuales permitieron tener una idea más clara al respecto.

El referente internacional son las Competencias Básicas en Educación Física, documento publicado en Murcia (España) en el año 2008, cuyo objeto principal era identificar cómo la Educación Física contribuye a la adquisición de conocimiento para poder interactuar en el contexto que lo rodea. El método de investigación-acción fue pilar fundamental para los resultados obtenidos, que permitieron concluir que la competencia axiológica corporal desempeña un papel relevante en los contenidos relacionados con la condición física orientada a la salud.

Continuando con la indagación teórica en el marco nacional, el referente bibliográfico es *El sentimiento de insatisfacción de la imagen corporal: un asunto a trabajar por medio de la educación física*, donde se establece a la competencia axiológica corporal como la capacidad para reconocer y valorar el cuerpo, a partir de una consideración individual y grupal. Por medio de la aplicación del método analítico se obtu-

vieron resultados importantes, por ejemplo, que la competencia pretende hacer del ser humano un individuo autónomo y seguro de sí mismo, consciente de sus capacidades y debilidades.

Para finalizar con dicha indagación, en el contexto regional se tomó como referente la investigación Una estrategia para el desarrollo de la competencia axiológica corporal en la clase de Educación Física, realizada por Camilo Daniel Díaz Rosero en el año 2013. Su objetivo era fortalecer dicha competencia por medio de diferentes estrategias y actividades planteadas dentro de la clase a través del método de investigación-acción. El autor dedujo que la competencia axiológica es el punto clave que busca el hombre para lograr su desarrollo integral en una educación centrada en valores y principios, los cuales posee el ser humano para actuar en situaciones determinadas.

Ahora bien, la estructura del proceso investigativo condujo a una jerarquía que enmarcó la importancia de la competencia axiológica corporal; observándose en el contexto del grupo sujeto de estudio como ineficiente, sin reconocimiento en el contexto pedagógico.

Como alternativa para fortalecer dicha competencia se sugiere partir de una base teórica la cual se menciona a continuación.

COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL

Se definió como la macrocategoría, que “corresponde entonces a la construcción, mediante la vivencia del juego y de la actividad física, de una forma de ser humano en el mundo” (Ministerio de Educación Nacional, 2010, p. 39). De ahí que lo axiológico corresponde a componentes éticos que se fundamentan en aspectos interpersonales que enfatizan en las características más relevantes que puedan suceder durante el desarrollo de la clase de Educación Física.

Como subcategorías inmersas encontramos el conocimiento de sí mismo y la interacción social.

Conocimiento de sí mismo

Es conocer las partes que componen el yo, cuáles son sus manifestaciones y habilidades; los papeles que vive el individuo y a través de los cuales es; conocer por qué, cómo actúa y siente. Al conocer todos sus elementos, que desde luego no funcionan por separado, sino que se entrelazan para apoyarse el uno al otro, el

individuo logrará tener una personalidad fuerte y unificada; si una de estas partes funciona de manera deficiente, las otras se verán afectadas y su personalidad será débil y dividida, con sentimientos de ineficiencia y desvaloración (Quintero, 2010), demostrando así que, el conocimiento de sí mismo podrá facilitar el desarrollo de la autoestima y por ende la interacción con el otro favoreciendo el desarrollo personal y del grupo en el cual se encuentre inmerso, por lo tanto, pensar en conocimiento de sí mismo implica considerar la interacción con el otro, con ese que comparte y con quien directa o indirectamente se desarrolla.

Interacción social

Se entiende como interacción social al objeto de intervención de las relaciones cotidianas, que abarcan las actitudes de cada persona ante su forma de reaccionar o pensar en el medio social, siendo estas cualidades un asunto que influyen el pensamiento y la acción del ser humano que adicional permiten profundizar acerca de cómo esas relaciones entre los individuos, las cuales se generan dentro de un contexto, brindan un sentido a la forma de pensar y actuar. (Ortiz y Peña, 2013, p. 213), es decir, en la medida que el individuo se relaciona con otros estará en capacidad de desarrollar procesos de pensamiento reflexivos y críticos encaminados a encontrar y valorar el sentido del mundo que les rodea y que no se construye desde la individualidad sino desde el intercambio de ideas, la revisión y posterior modificación o reafirmación de las propias.

MICROCATEGORÍAS

Autoestima

Vidal (2004) la define como

[...] tener confianza en uno mismo, anteponer la aprobación personal a la aprobación ajena, ser el tipo de persona que quiero ser, es aceptar retos personales y profesionales y entender que el fracaso es una parte del proceso de crecimiento, es ser tolerante, es establecer relaciones familiares satisfactorias, es aprender a ser asertivo en la comunicación y en el comportamiento. (p. 104)

La autoestima es entonces considerada como la capacidad del individuo para enfrentar los retos que la cotidianidad exige y que permiten a cada uno pro-

poner soluciones efectivas a las posibles barreras y obstáculos surgidas en las acciones académicas, laborales y personales.

Autonomía

Para Bornas (2010), la autonomía es la

Capacidad de autogobernarse a sí mismo, mediante la propia iniciativa, pero también tomar decisiones y aceptar aquellas de los demás, así no sean de mutuo consentimiento, sentir seguridad que conduzca a enfrentarse retos que garanticen un pleno desarrollo que a la independencia positiva. (p. 241)

Entendiéndose entonces, como esa posibilidad de autorregulación que debe emanar desde la voluntad propia y que debe ser manejada como la posibilidad de la autogestión responsable y práctica de los conflictos y obligaciones propias del devenir diario.

Comunicación asertiva

Esta se entiende como la manera en que un individuo se expresa frente a otros, teniendo en cuenta su opinión y la de los demás, sin necesidad de generar un debate discordante sino, más bien, buscando llegar a partir de ideas propias y ajenas, a un entendimiento colectivo y construyendo a su vez nuevas perspectivas, que respondan a las características de los pensamientos de cada individuo, en palabras de Gallego y González (2006)

La comunicación es asertiva cuando expresamos nuestras ideas, pensamientos, preferencias u opiniones, también se es asertivo cuando hacemos valer nuestros derechos de manera clara, directa, firme, honesta, apropiada sin agredir y respetando los derechos de las otras personas. En la práctica esto supone el desarrollo de la capacidad para: Expresar sentimientos y deseos positivos y negativos de una forma eficaz, son negar o menospreciar los derechos de los demás y sin crear o sentir vergüenza. Discriminar las ocasiones en que la expresión personal es importante y adecuada. Defenderse, sin agresión o pasividad frente a la conducta poco cooperadora razonable de los demás (p. 56).

Relaciones sociales

El desarrollo de un individuo es consecuencia de su experiencia, y parte de esta se basa en su interacción con lo que lo rodea. De esta manera, el sujeto se

va formando como un ser social capaz de adaptarse a un determinado contexto y, a su vez, fortalecer su modo de relacionarse con aquellos que comparten preferencias con él.

METODOLOGÍA

Paradigma

El presente proceso investigativo se orienta desde el paradigma cualitativo, por lo que asume una postura metodológica de carácter dialógico. Se pretendió analizar y comprender al sujeto como un individuo emocional y consecuente con su entorno, desde la relación consigo mismo hasta el entendimiento inherente con aquellos que lo rodean. Además, se tuvieron en cuenta importantes aspectos como los cambios y fenómenos que cada uno de estos procesos interaccionales puede originar.

Además, hay que mencionar que la subjetividad es un punto clave en el paradigma cualitativo, puesto que la comprensión del humano —y más específicamente de su ser— se basa en un conjunto de apreciaciones relativas que corroboran las ciencias humanas, las cuales responden a un concepto epistemológico e intentan brindar un significado sobre la manifestación anímica y física del individuo en el mundo. Según Sampieri *et al.* “La investigación cualitativa se enfoca a comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto” (2010, p. 358).

Con esto se entiende, entonces, que cada proceso se debe contemplar desde el razonamiento humano y no desde una concepción material atribuida por apegos mundanos, como sus creaciones estéticas, que pretenden definir una imagen mas no una conciencia. Esto quiere decir que la observación y la situación le otorgan al investigador una perspectiva más lucida de su entorno, que le permite acercarse de manera más minuciosa al sujeto de estudio. Teniendo en cuenta el paradigma cualitativo en relación con la competencia axiológica corporal es posible inferir que este fue de gran ayuda para comprender y experimentar los diferentes comportamientos y acciones de los individuos observados, porque su forma de interpretar el entorno es subjetiva y flexible.

Enfoque

El proceso investigativo se basó en el enfoque crítico social, dado que no solo se buscó interpretar el comportamiento del sujeto de estudio, como un ser colectivo, comprendido dentro de un ambiente social, sino también reconocer su entorno de desarrollo. Se pretende plantear y aportar nuevas alternativas para visibilizar problemáticas relacionadas con los componentes de una sociedad, tal y como lo propone Cifuentes (2011): “la investigación desde este enfoque se hace con el interés de conocer para cuestionar, revitalizar y transformar formas imperantes de la Sociedad y proponer alternativas para su cambio y mejoramiento” (p. 32). Este enfoque tiene como eje la relación entre lo social y la acción humana, proponiendo alternativas y estrategias para interpretar la realidad y las situaciones problemas que de allí surjan.

Método

De acuerdo con las características y propósitos del proyecto, se lo ubicó dentro del método de investigación-acción, debido a que está encaminado a fortalecer la competencia axiológica corporal en el grupo sujeto de estudio mediante la implementación de un plan de acciones pedagógicas que sitúa al individuo en el centro de atención desde una perspectiva de interacción y conocimiento de sí.

Se tomó como referencia teórica a Lewin, para quien la investigación-acción como

[...] una forma de cuestionamiento auto-reflexivo, llevado a cabo por los propios participantes en determinadas ocasiones con la finalidad de mejorar la racionalidad y la justicia de situaciones, de la propia práctica social educativa, con el objetivo de fortalecer el conocimiento de dicha práctica y sobre las situaciones en las que la acción se lleva a cabo. (2018, p. 42).

Se entiende, entonces, como la acción de promover el pensamiento crítico en los seres humanos con una participación diversa, que a su vez sea constructiva de entornos sociales donde sean los propios involucrados quienes aporten ideas creativas para el progreso y desarrollo de los entornos en los que ellos intervienen, en este caso los espacios académicos.

Por esta razón, la investigación se encaminó a incluir procesos críticos de constante reflexión, diseño y evaluación. En este caso el equipo investigador se orientó hacia el grupo sujeto de investigación como guías y promovedores de nuevas ideas, que favorezcan un libre desenvolvimiento durante el proceso de intervención. Asimismo, se pretendió potencializar las habilidades desde el conocimiento de sí mismos y la interacción social, seguido por el fortalecimiento de la autoestima, la autonomía, la comunicación y las relaciones sociales de los sujetos, para promover el desarrollo de líderes de proyección creativa, por medio de la aplicación estratégica del Ultimate Frisbee. Este se caracteriza por el espíritu de juego, la transmisión de emociones, la comunicación permanente, buenas relaciones interpersonales, y la aceptación del rival y sus opiniones. Todo esto se desarrolló a través de la práctica pedagógica, lo que permitió evidenciar las transformaciones sociales que se encaminan hacia el fortalecimiento de la competencia axiológica corporal.

Técnicas e instrumentos de información

Dentro del proceso de recolección de información se emplearon las siguientes técnicas:

Observación participante

Se elige esta técnica puesto porque permite interactuar con el estudiante de forma dinámica y oportuna, además de brindarle confianza para que pueda expresarse de una forma más abierta. Su aplicación también brindó la oportunidad al investigador de interactuar no desde el rol de docente, sino como un integrante más del grupo; esto ayudó a profundizar en la problemática de investigación y llevar un registro visual (en video y fotografía) de lo más relevante, como proponen Elsy Bonilla y Penélope Rodríguez (2007):

[...] observar, con sentido de indagación científica, implica focalizar la atención de manera intencional, sobre algunos segmentos de la realidad que se estudia, tratando de capturar sus elementos constitutivos y la manera cómo interactúan entre sí, con el fin de reconstruir inductivamente la dinámica de la situación. (p. 74)

Esta observación contribuye a tener una concepción más amplia de una determinada situación, resaltando los aspectos más significativos, desde la perspectiva del investigador, pero procurando dejar de esta las

particularidades que más la definan, para así poder reproducir lo más fielmente posible aquello que se ha observado.

Ahora bien, para Guber (2007) la observación participante es aquella que “pone el énfasis en la experiencia vivida por el investigador apuntando su objetivo a ‘estar dentro’ de la sociedad estudiada” (p. 75). Esta participación es la que permite la aproximación con el entorno del sujeto de estudio, al hacer parte de este al sujeto investigador, lo cual provoca un desarrollo situacional espontáneo y experimental, además de crear un ambiente en el cual ninguna de las dos partes sea reacia a la interacción y el intercambio de información. De esta forma se logra un entendimiento claro de lo observado y un enfoque más puntual en el desarrollo de la investigación.

Con respecto a la técnica mencionada, es importante resaltar el diario de campo. Este es un instrumento de recolección de información que se va creando a través de un escrito cotidiano, en el cual se registran todos los sucesos vivenciados durante la observación al grupo de estudio. Según Bonilla y Rodríguez (1997) “el diario de campo debe permitirle al observador un monitoreo permanente del proceso de observación” (p. 118).

Este se convirtió en un instrumento primordial en el proceso de investigación porque en él se encuentran registrados todos los comportamientos, sentimientos y emociones que expresaron los sujetos frente a situaciones de carácter colectivo, así como también puntos y descripciones que ayudaron a generar ideas claras o complementar conceptos dentro de la investigación.

Árbol de problemas

De acuerdo con Nancy Hernández y Jaime González (2015) “Un árbol de problema consiste en desarrollar ideas creativas para identificar las posibles causas del conflicto, generando de forma organizada un modelo que explique las razones y consecuencias del problema” (p. 40). En este, al igual que en un árbol, se ubica la cuestión principal en el centro, como si fuese el tronco, de manera que las causas se convierten en las raíces y por último están los efectos de estas, que corresponden a las ramas.

Por otro lado, Martínez y Fernández (2015) señalan que

Esta es una de las herramientas fundamentales en la planificación, especialmente en proyectos. El análisis del árbol de problemas, llamado también análisis situacional o simplemente análisis de problemas, ayuda a encontrar soluciones a través del mapeo del problema. Identifica en la vertiente superior, las causas o determinantes y en la vertiente inferior las consecuencias o efectos. (p. 12)

Dicho lo anterior, el objetivo de investigación del árbol de problemas se cumple al presentar esquemáticamente las causas y efectos que conducen a un análisis riguroso para el diseño y desarrollo de la investigación, dando una breve descripción de cada una de las situaciones que el estado del entorno permita reconocer. Esto se ajusta a la afirmación de Silva (2012), según la cual “para hacerle frente a un problema necesitará comprender qué lo causa y cuáles podrían ser los efectos. La comprensión de la forma en que diferentes actores consideran las causas y efectos de un problema puede ser importante” (p. 20).

Es necesario tener en claro lo que sucede en una situación para que de esta manera se puedan plantear posibles soluciones, pero —claro está— primero se debe llevar a cabo una revisión meticulosa de los datos obtenidos y organizarlos de acuerdo con su relevancia.

Las características principales de esta herramienta son:

- *Impacto visual.* Muestra el despliegue de todos los factores o elementos que contribuyen a un efecto u objetivo de forma ordenada, clara, precisa y de un solo “golpe de vista”.
- *Enfoque estructurado.* Sistematiza el análisis de una situación o la planificación para alcanzar un objetivo, lo cual facilita su desarrollo incluso en casos muy complejos.
- *Concreción.* Desglosa conceptos generales hasta un grado idóneo de detalle, que permite traducirlos directamente en acciones básicas y operativas.
- *Impacto visual.* Hace referencia a que el contenido es comprensible a la vista, no lleva consigo una complejidad, sino que se puede entender con facilidad, al tener una estructura que cataloga cada cuestión de forma concreta y a su vez organiza y planifica los

análisis para alcanzar un objetivo, lo que permite llevarlos a la práctica.

Para la recolección de información a través de esta técnica se recurrió a la bitácora. Siguiendo a Palomero y Domínguez (2005), quienes aclaran “utilizamos aquí el término bitácora, tomado en préstamo del mundo marino, para referirnos a una herramienta de navegación por los mares del conocimiento y por las aguas profundas de nuestro propio mundo interior” (p. 3), pues en esta se apuntan las observaciones que se van realizando durante un proyecto, de manera detallada y cronológica. En este caso, se registraron en ella las acciones ejecutadas en el trabajo de campo.

El muro

Es una técnica alternativa seleccionada por su grado de facilidad de recolección de información ya que su confiabilidad, validez y objetividad son apropiadas para esta investigación. Además de ofrecer veracidad en la recolección de la información, en este caso ayuda a la integración de grupo y tiene relación con las categorías de autonomía, autoestima, comunicación asertiva y relación social.

Como dicen Ceballos y Vázquez (2016), el muro “es un espacio abierto de expresión libre y sin restricciones para pensamientos, sentimientos sobre un tema específico con la libertad que da el anonimato” (p. 198). Es así, que brinda a los participantes la oportunidad de expresarse de manera espontánea, ya que su identidad durante la actividad permanece oculta y reservada para todo el grupo.

Para realizar esta actividad, se pega papel o cartulina en la pared y cada estudiante escribe su opinión.

Ahora bien, es de importancia mencionar el cuestionario como instrumento de recolección de información. Para Sampieri *et al.* (2017) “Tal vez el instrumento más utilizado para recolectar los datos es el cuestionario [...] consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir. Debe ser congruente con el planteamiento del problema e hipótesis” (p. 216). El cuestionario utilizado se formuló usando preguntas abiertas, ya que estas proporcionan una información más amplia, y no delimitan de antemano las alternativas de respuestas del sujeto de estudio.

Unidad de análisis

La investigación se realizó con el grupo sujeto de estudio, conformado por el grado 8-5 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, integrado por veintiocho estudiantes (16 mujeres y 12 hombres), cuyas edades oscilan entre los trece y los catorce años.

RESULTADOS

En el cuadro 1 se muestran los resultados obtenidos para analizar los efectos del *ultimate frisbee* sobre la competencia axiológica corporal en los estudiantes del grado 8-5 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, de San Juan de Pasto.

Categorías	Estado inicial	¿En qué momento se dio?
Autoestima	-Retracción constante -Inseguridad -Timidez	Cada ejercicio fue encaminado para incentivar al estudiante a actuar, sin temor a fallar. Para que poco a poco fuese tomando más confianza y desenvolvimiento en el lanzamiento del <i>frisbee</i> , comprendiendo la importancia de su actitud al ejecutar determinado ejercicio. se los incentivó a tener presente que todos estaban en un proceso de aprendizaje y que si algunos ejecutaban las actividades mejor que otros, no era razón de desánimo, sino motivo para esforzarse aún más.
Autonomía	-Dependencia de la opinión de los demás -Fácil de influenciar -Falta de iniciativa	Los resultados se evidenciaron en las diferentes actividades, que variaban de acuerdo con la problemática. Se planteaban acciones de tipo individual y grupal proponiendo retos, tareas que llevaron al estado final de la investigación para así incidir en los estudiantes
Comunicación asertiva	-Agresiones verbales -Vocabulario soez e inadecuado -Desinterés por las actividades	La didáctica del <i>ultimate frisbee</i> requiere de una comunicación constante, de ahí que en cada actividad era notorio el cambio de su perspectiva frente a la comunicación personal y grupal. Se tomaban iniciativas como imponer penitencias frente al uso de vocabulario inadecuado, lo cual cohibía a los niños de este tipo de manifestaciones y los llevaba a adoptar un vocabulario adecuado y a tener interés por las actividades.
Relaciones sociales	-Discusiones constantes -Conductas agresivas -Estudiantes extrovertidos -Falta de integración	Durante las actividades planteadas durante el ejercicio investigativo. Estas se encaminaban a tener integración grupal, resaltando el valor del compañerismo, siendo este fundamental para lograr el éxito de las actividades. Se observó que a medida que se desarrollaban las diferentes actividades, dichas relaciones eran cada vez mejores, no solo en la clase de Educación Física, sino también en otros contextos

Fuente: elaboración propia

DISCUSIÓN

En la ejecución de las actividades se hizo evidente que la implementación del *ultimate frisbee* se aprovechaba de forma positiva para resaltar las capacidades de cada estudiante. Durante su desarrollo se resaltaba en los niños las ganas de participar en las clases, eran conscientes de su potencial, sin importar las equivocaciones, solo realizar la actividad y cumplir sus propias expectativas. Según Palacios (2007)

La autoestima es confiar en las propias potencialidades y menciona dos componentes: la valía per-

sonal y el sentimiento de capacidad personal. La primera se refiere a la valoración positiva o negativa que la persona tiene de su autoconcepto, incluyendo las actitudes hacia sí mismo; la segunda alude a las expectativas que tiene una persona de ser capaz, y hacer de manera exitosa lo que tiene que hacer, es decir su autoeficacia. (p. 48)

Aquí se exponen dos puntos que se correlacionan directamente con la cotidianidad del sujeto y la ejecución de actividades en las cuales este tenga que actuar, de acuerdo con lo que sus propias capacidades físicas y mentales le permitan. Esto da pie a un con-

junto de posibilidades en la realización integral de su persona, así como a una valoración de las cualidades y defectos característicos del individuo y que al final se verán reflejados en la precepción misma del sujeto.

Se observó que los estudiantes participaron activamente, actuando con confianza y realizando acciones para mejorar los lanzamientos, entiendo que sus limitaciones son parte del proceso de crecimiento personal.

Durante cada sesión de clase, parecía casi inverosímil el mejoramiento que se notó en muchos de los estudiantes, quienes ya no se mostraban cohibidos por sus inseguridades; su voz se escuchaba con más fuerza y cuerpo; su opinión pasó a ser un tema nuevo por agregar dentro de las actividades. Su participación dejó de depender de la orden del maestro, y se observó iniciativa para la ejecución de las diferentes actividades, demostrando así su autonomía.

La autonomía como principio no es una condición inherente a todos los seres humanos: puede decirse que se es autónomo en la medida en que el uso que se hace de la libertad es coherente con la responsabilidad que se tiene consigo mismo, con los demás y con la sociedad. De tal forma, la autonomía es algo que se alcanza con el paso del tiempo, y se es autónomo cuando se es capaz de dictar las propias normas, sin necesidad de instancias reguladoras o sancionatorias para hacer las cosas. La autonomía está íntimamente ligada con el uso adecuado de la libertad y con el sentido de responsabilidad que se tiene frente a las cosas (Alvares, 2019).

Esta entonces se comprende como el automanejo y la autoregulación, que a través de la experiencia va cimentando su valor en un individuo y sale a relucir cuando este actúa o piensa, dejando ver su capacidad de resolver problemas por sí mismo, así como de alcanzar logros independientemente, que le satisfagan y a su vez aporten en su desarrollo personal, cuidando de no confundir la libertad con el libertinaje. Su libertad no debe afectar a su entorno, ya que el hecho de que determinado individuo considere que algo es correcto para sí, no significa que sea bueno para los demás.

En su momento, muchos alumnos se mostraban confundidos o nerviosos, estados que usualmente provocan un desequilibrio en las decisiones y las acciones, tornando los movimientos más torpes, débiles e

incorrectos. Esto hace muy complicado efectuar maniobras con el *frisbee*, ya sea un pase hacia un compañero, un lanzamiento de precisión o la resolución de un ejercicio para alcanzar un objetivo. Para resolver esta situación se recurrió a la resolución de problemas, que para Rodríguez (2010):

Es un método de aprendizaje, según consenso mayoritario, no basado *a priori*. El niño observa y opera por medio de la experimentación para entender y desenmarañar el “cómo” de lo que hace. Es precisamente el empeño de perfección la esencia del “gusto por vivir”, principio que, por cierto, los biólogos consideran como motor de todos los seres vivos. (p. 48)

El exponer a los estudiantes a situaciones de juego en las cuales debían acudir a su propio entendimiento y creatividad fue un punto a favor para impulsarlos a buscar diferentes modos de concretar un objetivo. Esto, sumado a la libertad de contribuir con ideas u otro tipo de sugerencias para llevar a cabo la clase. Esa exploración de cómo hacer algo los llevó a mantenerse activos y concentrados, sin dejar de lado la diversión, el entretenimiento y, sobre todo, el auto reconocimiento de sus capacidades y debilidades y de cómo estas no eran impedimento para ser ellos mismos frente a los demás.

A medida que avanzaban las sesiones los cambios fueron cada vez notorios. El ambiente que antes solía ser tenso y conflictivo empezó a reflejar el resultado de una buena comunicación entre ellos. Antes, el periodo de clase estaba marcado por riñas e insultos, interacciones llenas de palabras soeces, con respuestas altisonantes y sin medida, movimientos mal intencionados o prácticas corporales violentas como ‘hacer pistola’, poner zancadillas, patearse o actuar con tal desgano que provocaba el desánimo del resto del grupo, lo que afectaba el aprovechamiento del tiempo de trabajo. Estos aspectos fueron intervenidos desde la comunicación asertiva, observándose posteriormente un ambiente más amable, en donde a partir de indicaciones dadas los estudiantes desarrollaban sus actividades en tranquilidad y en un trabajo armónico, evidenciándose lo positivo de la intervención en una interacción adecuada.

Es acertado decir que la interacción entre uno o más individuos debe ser elocuente, entendida como una forma de hablar con fluidez y propiedad, de la cual

cada uno pueda obtener una información clara, sin interposiciones que les impidan darse a entender de manera tanto verbal como no verbal. Que su expresión llegue a ser acorde a como ellos quieran que sea, siempre y cuando el otro esté dispuesto a aceptar dicha interconexión, dado que la asertividad no solo significa ser comprendido, sino también saber comprender a quien se está escuchando, para que de este modo pueda surgir un entendimiento mutuo.

Con el transcurrir de las actividades muchos estudiantes ya habían afianzado el modo de transmitir lo que sentían, siendo abiertos y respetuosos e incentivando el diálogo si se empezaban a ver discusiones entre los grupos que se formaban para la clase. Además, en el *ultimate frisbee* hay una presentación coreográfica de grupo, que incluye secuencias de movimientos en donde se vean reflejados el entusiasmo, el dinamismo y la creatividad del equipo. Aquí la timidez, la brusquedad y la retracción desaparecieron, su expresión corporal se veía, aunque a veces descoordinada, muy animada y dispuesta para conseguir un logro en común con sus compañeros. Se veía confianza ante sus compañeros y consigo mismos; Conejeros *et al.* (2009) plantean que

La confianza se puede definir en términos de la relación que se establece entre dos personas y de la vulnerabilidad que una de ellas presenta ante las acciones de la otra. La confianza implica la decisión de no controlar estas acciones, apoyándose para ello en la expectativa que surge del conocimiento del otro. (p. 129)

Es necesario resaltar el hecho de que cada sujeto de estudio tiene conciencia de su desempeño en las actividades que realiza, sin embargo, su desempeño no solo dependía de la actitud sino también de las habilidades para el juego, lo que hizo que se evidenciaran algunas bajas puntuaciones.

Las relaciones sociales estaban marcadas por una discordia completa, siempre se observaban pleitos entre ellos, a veces hasta el punto de llegar a los golpes. También se notaba una preferencia por trabajar con compañeros que ya conocían, que eran de su mismo género, o que no estaban en desventaja, esto principalmente por la condición en la que ellos creían estar durante la clase. Manifestaban que estaban limitados, y que fallarían o realizarían mal las actividades

si trabajaban con ciertos compañeros o compañeras. Según López (2010),

Las relaciones sociales son [sic] el conjunto de interacciones que mantienen los individuos dentro de una sociedad. Este conjunto de interacciones nos va a permitir que los individuos convivan de forma cordial y amistosa, basadas en ciertas reglas aceptadas por todos los integrantes de la Sociedad y en reconocimiento por el respeto de todos los ciudadanos. (p. 37)

Cada sujeto es un mundo diferente y toma la vida desde una perspectiva acorde a sus exigencias y necesidades, así que en el momento de entrar en un contexto este suele optar por unirse a aquello que le sea familiar y cómodo, trátase de personas o lugares. Ello puede desembocar en un deterioro de su interacción con otros individuos, pues es común encontrarse con sujetos cuyas personalidades son diferentes. Esto en un entorno escolar trae consigo una individualización o creación de pequeños conglomerados, separados por particularidades individuales.

Ahora bien, para el investigador los resultados muestran que fue posible lograr un trabajo en equipo satisfactorio, puesto que antes de actuar cada uno de los estudiantes examinaba la situación y procuraba ejecutar una determinada acción pensando en el otro. Cuando se realizó un encuentro de *ultimate frisbee* pusieron en práctica todo lo aprendido durante el proceso de indagación, además comprendieron que no es necesario pertenecer a un grupo con iguales rasgos y cualidades, solo para tener ventaja, sino que un buen trabajo parte del apoyo y el desarrollo en conjunto, poniendo en alto el trabajo en grupo y la importancia de relacionarse con los demás, saber escuchar, saber hablar, saber cuándo actuar, saber cuándo parar, todo gracias a al espíritu de juego que se predica y aplica en el *ultimate frisbee*. Esto es, el juego limpio y el respeto hacia sus compañeros y contrincantes, que evidencian una buena comunicación interpersonal que

Es aquella en la que se enfatiza la relación con el otro, se privilegia la comprensión con el que se habla, no el entendimiento de lo que se dice. Dicha relación es imposible de ser pensada sin personalización, intimidad, empatía y confianza; gesta por tanto una comunicación interpersonal y ésta no tiene que darse necesariamente mediante la proxi-

midad física, sino más bien en función de una proximidad afectiva que se recrea desde una posición ética. (Mamani, 2016, p. 14)

Es decir, gracias a la comprensión de cada estudiante para relacionarse con el grupo pudieron ser más expresivos, así como también tener más claridad en lo que quieren manifestar, además de comprender que esto debe ir más allá de una interacción inconsciente, ya que se necesita una conexión afectiva con el resto de personas para poder crear un ambiente cómodo para todos.

CONCLUSIONES

La inclusión del *ultimate frisbee* en la clase de Educación Física permitió abrir un espacio donde los estudiantes construían conocimientos mediante una participación activa que implicó la vivencia de las competencias axiológicas corporales con sus compañeros. De esta manera, la práctica pedagógica investigativa se convirtió en una vivencia trascendental, que facilitó construir planes de acción a partir de conocimientos e intereses de los educandos y características del contexto.

El método de investigación-acción, entendido como un medio para fomentar el pensamiento crítico en los seres humanos, ha logrado en el sujeto de estudio promover ideas creativas y espontáneas, desde una perspectiva analítica y reflexiva.

Los instrumentos de recolección de información dentro de la investigación cualitativa permiten la obtención de información de manera flexible a través de ideas creativas. En este caso se usó el árbol de problemas, estrategia que consistió en una formulación de preguntas en la que los participantes tenían plena libertad de expresarse. Después se hizo una lluvia de ideas donde se pusieron en evidencia causas y efectos en la caracterización de la competencia axiológica corporal del grupo sujeto de estudio.

Fortalecer la competencia axiológica corporal implica reconocer su importancia en el desarrollo del individuo como un ser racional con habilidades, actitudes y conocimientos específicos, con un determinado comportamiento para actuar en el entorno que lo rodea, poniendo en evidencia la preponderancia de la Educación Física, como un espacio que dota de

herramientas pertinentes al educador para llevar a los estudiantes a un reconocimiento general de su participación bajo principios de convivencia armónica en la sociedad.

Después de analizar la subcategoría Autoestima, se evidenció que uno de los principales causantes del comportamiento introvertido de los estudiantes es el temor que les produce ser juzgados, así como también la falta de confianza en sus propias capacidades. Esto conduce a un estado de soledad que implica relaciones sociales insatisfactorias y a su vez la evitación de vínculos psicosociales (aislamiento).

Dentro de la subcategoría Autonomía se concluyó que uno de los principales factores que incidían en las acciones y decisiones del sujeto de estudio era el temor a fallar o a ser excluido del grupo, lo cual provocaba que optara por seguir a los demás sin ser consciente de si algo era correcto o incorrecto. Es decir, eran dependientes de la opinión o elección de sus compañeros, lo que los convertía en individuos sin la noción de iniciativa y creatividad.

La desobediencia a las normas de la sociedad crea ambientes desagradables para la comunidad, y abre lugar al caos, que desafortunadamente trae consigo consecuencias perjudiciales, como malas relaciones sociales, peleas o riñas con sus semejantes y, sobre todo, desacuerdos que, con el paso del tiempo, se verán reflejados en el estilo de vida de cada persona.

En referencia a la línea de investigación “Motricidad y desarrollo humano”, es pertinente mencionar su aporte a la investigación, dado que esta se constituye por las acciones y relaciones del ser humano, lo que da lugar a vivencias y construcción de expresiones corporales, éticas, sociales y comunicativas que traen consigo el desarrollo de capacidades, al igual que competencias para su apropiación, aplicación y transformación.

REFERENCIAS

- Barrios, P., Ruiz, L. y González, K. (2012). *La bitácora como instrumento para seguimiento y evaluación*. Investigaciones Andina.
- Bonilla, E. y Rodríguez, P. (2007). *Más allá de los métodos: La investigación en ciencias sociales*. Editorial Siglo XXI.

- Bornas, X. (2010). *Psicología general: La autonomía personal en la infancia*. Siglo XXI.
- Ceballos, V. y Vázquez, A. (2016). *Investigar la docencia*. Kimpres.
- Cifuentes, R. (2011). *Diseños de proyectos de investigación cualitativa*. S. d.
- Conejeros, M., Rojas, J. y Teresa, S. (2009). *Confianza: Un valor necesario y ausente en la educación chilena*.
- Díaz-Rosero, C. (2013). *El sendero lúdico "los años maravillosos" una estrategia para el desarrollo de la competencia axiológica corporal en la clase de educación física*. (Tesis de Maestría). Universidad de Nariño.
- Gómez-Martínez, M., Gutiérrez-Rodríguez, J., Llanos-Páez, C., & Babativa-Salamanca, H. (2017). *El sentimiento de insatisfacción de la imagen corporal: un asunto a trabajar por medio de la educación física*. (Trabajo de Grado) Bogota: Corporación Universitaria Minuto de Dios. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10656/5948>
- Hernández, N; Garnica, J. (Julio- Noviembre2015). *Árbol de problemas: Del análisis al diseño y desarrollo de productos*. Conciencia tecnológica No.50
- Hernandez-Sampieri, R., Fernandez-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2017). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Lopez-Diaz, C. (2010). Relaciones Sociales en la Escuela. *Revista Recogidas*(45). Obtenido de <https://educra.cl/wp-content/uploads/2016/09/DOC2-RELACIONES-SOCIALES.pdf>
- Mamani, E., Tejada, M y Ponce, W. (Julio-diciembre 2016). *Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno*. Comuni@cion Vol.7
- Martínez, R. y Fernández, A. (2015). *Árbol de problemas y áreas de intervención*. Cepal.
- Molina-Alventosa y Jimeno, L. (2008). Las competencias básicas en Educación Física: Una Valoración Crítica. *Revista Cultura, Ciencia y Deporte*, 3(8), 81-86. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163017596003>
- Ortiz, S. y Peña, L. (2013). *La interacción social como una forma de abordar la empatía, filiación y proximidad*. Unilibre.
- Vivas, M., Gallego, D. y Gonzalez, B. (2007). *Educación de las Emociones*. Producciones Editoriales C.A.