

DE LA RURALIDAD A LA ACADEMIA: UN VIAJE DE RESILIENCIA Y TRANSFORMACIÓN

FROM RURALITY TO ACADEMIA: A RESILIENCE AND TRANSFORMATION JOURNEY

DA RURALIDADE À ACADEMIA: UMA JORNADA DE RESILIÊNCIA E TRANSFORMAÇÃO

Luz Adriana Nova-Vergel¹  

Tipología: artículo de reflexión

Para citar este artículo

Nova-Vergel, L. A. (2025). De la ruralidad a la academia: un viaje de resiliencia y transformación. *Lúdica Pedagógica*, 1(41), e22559. <https://doi.org/10.17227/ludica.num41-22559>

Resumen

En este artículo comparto mi experiencia de vida como campesina, estudiante y profesional. A lo largo de mi trayectoria, he enfrentado numerosos desafíos para acceder a la educación debido al contexto rural en el que estaba ubicada, lo cual implicó una serie de desafíos (físicos, emocionales, económicos y educativos). No obstante, logré destacar en el deporte, particularmente en el atletismo, lo que me permitió sobresalir a nivel departamental y cubrir mis gastos básicos. Después de culminar el bachillerato, viví un tiempo en Ibagué y posteriormente me establecí en Bogotá, donde ingresé a la Universidad Pedagógica Nacional. Allí me gradué como Licenciada en Educación Física y más tarde obtuve una maestría. A lo largo de mi carrera, he trabajado en diversas instituciones, enfrentando los retos de la educación tanto urbana como rural.

Palabras clave: desarrollo personal; prácticas pedagógicas; ruralidad

Abstract

In this article, I share my life experience as a farmer, student, and professional. Throughout my journey, I have faced numerous challenges in accessing education due to the rural context in which I was located, which involved a series of challenges (physical, emotional, economic, and educational). However, I managed to excel in sports, particularly in athletics, which allowed me to stand out at the departmental level and cover my basic expenses. After finishing high school, I lived for a while in Ibagué and later settled in Bogotá, where I enrolled at the Universidad Pedagógica Nacional. There, I graduated with a degree in Physical Education, and later I obtained a master's degree. Throughout my career, I have worked in various institutions, facing the challenges of both urban and rural education.

Keywords: personal development; pedagogical practices; rurality

¹ Magíster en Educación. Secretaría de Educación del Distrito Capital. Inovaver@educacionbogota.edu.co

Resumo

Neste documento, Compartilho minha experiência de vida como agricultora, estudante e profissional. Ao longo da minha trajetória, enfrentei inúmeros desafios para acessar a educação devido ao contexto rural em que estava inserida, o que envolveu diversas dificuldades físicas, emocionais, econômicas e educacionais. No entanto, consegui me destacar no esporte, particularmente no atletismo, o que me permitiu obter reconhecimento em nível departamental e custear minhas despesas básicas. Após concluir o ensino médio, morei por um período em Ibagué e, posteriormente, estabeleci-me em Bogotá, onde ingressei na Universidad Pedagógica Nacional. Lá, formei-me em Educação Física e, mais tarde, obtive o título de mestre. Ao longo da minha carreira, trabalhei em diversas instituições, enfrentando os desafios da educação em contextos urbanos e rurais.

Palavras-chave: desenvolvimento pessoal; práticas pedagógicas; ruralidade

*“A educação não é preparação para a vida;
a educação é a própria vida.”*

JOHN DEWEY

INTRODUCCIÓN

Este artículo se desarrolla desde una metodología cualitativa de corte autobiográfico crítico. A través de un relato situado, se entrelazan experiencias personales con reflexiones pedagógicas con el fin de visibilizar las barreras estructurales que enfrentan las personas en contextos rurales para acceder a la educación superior. El problema educativo que guía esta narración es la persistencia de dificultades académicas en territorios rurales, lo cual limita de forma significativa las oportunidades de ingreso y permanencia en la universidad. Desde esta perspectiva, el artículo propone comprender cómo la resiliencia, entendida como la capacidad de transformación personal frente a la adversidad, emerge como herramienta clave en los procesos de formación docente en la ruralidad.

Este documento está centrado en mi experiencia de vida como campesina, estudiante y docente rural de la Colombia profunda. Relataré dos facetas fundamentales de mi historia en contextos rurales distintos, pero atravesados por una constante: la invisibilización por parte de las instituciones gubernamentales. A lo largo del documento expondré los argumentos que sustentan esta afirmación con el fin de visibilizar los desafíos y resistencia que marcan la vida en el territorio rural colombiano. En la primera parte de este escrito, describo la experiencia de vida como estudiante rural en Santa Isabel (Tolima), Vereda la Cristalina, y el paso que tuve por dos ciudades capitales (Ibagué, Tolima, y Bogotá). En Bogotá realicé mis estudios de Licenciatura de Educación Física en la Universidad Pedagógica Nacional, en la cual, posteriormente, inicié mis estudios de Maestría en Educación. Desde lo laboral, pasar por colegios privados para luego transitar por los colegios distritales, entre ellos un colegio rural en la localidad de Sumapaz, Colegio Campestre Jaime Garzón, desde el cual expongo las vivencias como sujeto que debe vivir en la institución educativa y, a su vez, narro las prácticas pedagógicas en las distintas sedes de esta institución educativa.

DESARROLLO

Nací en la vereda La Cristalina, municipio de Santa Isabel (Tolima), en una familia campesina; soy la segunda de cuatro hermanos. Realicé mi educación básica y parte del bachillerato en escuelas rurales, comencé en La Cristalina, escuela multigrado donde la enseñanza era tradicional, centrada en el docente y con un enfoque memorístico. Desde pequeña, enfrenté grandes desafíos para acceder a la educación, como largas caminatas por caminos difíciles, riesgos del territorio rural y compañeros agresivos. Al principio, llevaba mi refrigerio desde casa, y luego una madre de familia preparaba los refrigerios en la escuela.

En 1995, la inseguridad en la región era alta por la presencia de grupos armados, algo que veía como normal en ese momento. En varias ocasiones, estos grupos se quedaron en nuestra casa y presenciamos enfrentamientos entre el ejército y la guerrilla.

Los sábados, día de mercado, la luz se cortaba después de las 5:00 p.m., lo que indicaba la presencia de la guerrilla en el territorio rural. Esto era una señal para que los campesinos regresaran a sus fincas y los habitantes del casco urbano se refugiaban, debido a posibles enfrentamientos. La guerrilla solía asaltar el banco y colocar bombas no letales cerca de la estación de policía y, después de cumplir su objetivo, abandonaban el territorio rural mientras el ejército disparaba. Minutos después, aparecían los aviones fantasma, cuyo objetivo era descargar munición en las zonas boscosas cerca del territorio urbano, bajo el supuesto de que este grupo al margen de la ley se escondía allí.

Inicié mi bachillerato en otra vereda llamada La Rica, en la entonces Institución Educativa Técnico Agropecuaria La Rica, donde cursé los grados 6°, 7° y 8°. En esta nueva etapa de mi vida, los desafíos se intensificaron: debía levantarme a las 4:30 a.m. para realizar las labores del hogar y luego emprender recorridos diarios de aproximadamente dos horas para llegar a la institución educativa. A menudo pasaba el día sin comer hasta regresar a casa y, después de las clases, realizaba labores propias del campo, como arrancar maleza, recolectar café, distribuir matas de café, descerezar el grano de café, acercar leña a la casa, alistar hojas para tamales, o recolectar frutas o verduras para la venta en el casco

urbano, cualquiera de estas actividades que fuera la necesidad del día. Estas exigencias físicas y mentales fortalecieron mi cuerpo y mi carácter, permitiéndome destacar en las clases de Educación Física y convertirme en una atleta de resistencia.

Para iniciar el grado noveno fue necesario cambiar de institución. Mis padres me trasladaron al casco urbano, a la Institución Educativa Santa Isabel. Allí enfrenté nuevos desafíos y temores, ya que mis falencias académicas eran más notorias. Además, el hecho de provenir de un territorio rural se hacía evidente, lo cual me generó mayores inseguridades frente a la diferencia entre lo campesino y lo ciudadano, así como en relación con mi rendimiento físico.

En la institución educativa de Santa Isabel teníamos que lidiar con una mayor cantidad de docentes, algunos muy amables que acogían muy bien a los niños de territorio rural, otros poco empáticos y displicentes. Nos sentíamos señalados solo por el hecho de ser de territorio rural, además, el nivel académico colectivo era muy bajo y esto era molesto para los profesores.

El hecho de estar en el territorio urbano cambió algunas cosas. Ya no debía trabajar en las labores del campo, sin embargo, las condiciones económicas seguían siendo precarias y, en muchas ocasiones, no contaba con lo necesario para cubrir aspectos fundamentales como una alimentación adecuada o materiales escolares básicos. En el ámbito deportivo empecé a entrenar de domingo a viernes en las horas de la tarde y como atleta de resistencia mi desempeño fue muy bueno. Empecé a ser reconocida a nivel municipal y departamental, incluso participé en unos juegos nacionales y obtuve resultados favorables en la mayoría de las competencias en las que participé. Logré muchos triunfos. Con el dinero que ganaba ya podía suplir mis gastos básicos.

Por otra parte, mi nivel académico presentaba muchas dificultades. Asignaturas como Informática, Física, Estadística e Inglés representaban un gran reto para mí, ya que en la escuela rural de donde provenía nunca había tenido acceso a esos contenidos. Además, tenía falencias en español, lo que aumentaba la complejidad del proceso. Sin embargo, gracias a mi destacado desempeño deportivo y al compromiso que demostraba en cada actividad, algunos docentes decidieron valorar ese esfuerzo y me asignaron

buenas notas en aquellas materias en las que aún no lograba desarrollar las habilidades esperadas.

Terminé el bachillerato en el 2005 sin una clara orientación sobre mi futuro, me mudé a Ibagué y viví allí 2 años. En el 2008 me trasladé a Bogotá, en este mismo año intenté ingresar a la Universidad Pedagógica Nacional sin éxito, pero logré hacerlo para el 2009, y comencé mi Licenciatura en Educación Física.

Con este nuevo reto, debía reestructurar dos cosas fundamentales de mi vida, el trabajo y la vivienda. En cuanto a lo primero, debía renunciar a la actividad laboral que desempeñaba para iniciar una que fuera informal y no interrumpir los horarios de clase. A lo largo de mi carrera estuve cambiando de empleos en pro de mejorar mis ingresos, ya que, a la par con la universidad, también emprendí el proyecto de adquisición de vivienda propia.

Por mis dinámicas de vida, compromisos y objetivos propuestos, nunca vi la oportunidad de trabajar en mi área ni de participar de actividades de la universidad, como salidas con compañeros, encuentros deportivos, marchas, entre otras, pues siempre se cruzaban con mis horarios de trabajo.

En el desarrollo de mi licenciatura en Educación Física enfrenté diversos desafíos e infortunios, entre ellos la intolerancia a la frustración ante las actividades propuestas y el miedo al fracaso. Sin duda, en este proceso se evidenció un sinnúmero de falencias con las que tuve que lidiar desde la educación básica primaria, las cuales fui superando progresivamente; entre ellas, se destacan dificultades en la comprensión lectora, la escritura, la redacción y la expresión verbal.

Sin embargo, en medio de esa incertidumbre, comencé a fortalecer mi creencia en la autoeficacia, entendida como “la creencia en la propia capacidad para organizar y ejecutar las acciones necesarias para manejar situaciones futuras” (Bandura, 1997, p. 3). Esta noción me permitió replantear mi narrativa personal desde una perspectiva resiliente, reconociendo que, a pesar de las carencias estructurales, era posible construir trayectorias educativas con sentido, siempre que se creyera en la capacidad propia de transformar el contexto.

Esta situación refleja lo que Freire (1970) señaló al criticar una educación que “no libera ni problematiza

la realidad del oprimido, sino que lo adapta a ella” (p. 72). En mi experiencia como estudiante rural, esta idea se hace tangible: muchas veces, la escuela parecía tener como objetivo adaptarnos al orden existente, sin darnos herramientas para cuestionarlo o superarlo. Por eso, reconozco hoy la importancia de una educación que no solo transmita contenidos, sino que habilite a los sujetos para leer críticamente su realidad y transformarla.

Terminé mi licenciatura en el 2015 y comencé a trabajar en una institución educativa privada. El inicio fue complejo y lleno de desafíos, ya que la universidad no nos preparó en aspectos prácticos como dirigir un curso, hacer acompañamiento en diferentes áreas de la institución educativa, o manejar grupos grandes de estudiantes. Además, a menudo tuve que gastar dinero de mi bolsillo para celebraciones y enfrentar un trato poco respetuoso de estudiantes, compañeros y directivos. Estos desafíos hicieron que mis expectativas como licenciada se desmoronaran al enfrentar la realidad del trabajo docente.

En el 2016, inicié mis estudios de maestría en la Universidad Pedagógica Nacional, con un enfoque en la educación popular y las escuelas de fútbol. Fue un proceso retador desde el inicio, ya que me enfrenté a textos complejos y lecturas densas que no había abordado durante la licenciatura en Educación Física, pero que eran fundamentales para fortalecer mis habilidades y conocimientos como docente. Además, tuve que adaptarme a la exigencia de docentes rigurosos y críticos frente a mi desempeño en los diferentes talleres. Sin embargo, también tuve la fortuna de contar con un tutor de tesis invidente, el profesor Juan Carlos Jaimes, quien no solo me orientó académicamente, sino que me dejó una enseñanza profunda: la tenacidad y el deseo de superarse a pesar de las dificultades que la vida nos impone. Su ejemplo se convirtió en una fuente de inspiración constante durante todo el proceso.

Logré obtener mi título de Magíster en Educación en diciembre del 2018, ese mismo año me vinculé a la Secretaría de Educación del Distrito urbana donde experimenté un cambio radical. Sentía que mi remuneración era más justa y que había un mayor respeto por el trabajo educativo. En el 2019, fui trasladada a la localidad rural de Sumapaz, lo que me generó curiosidad y entusiasmo.

La localidad de Sumapaz, situada en el extremo sur de Bogotá, despertó en mí un profundo sentido de pertenencia. Esta zona rural es reconocida internacionalmente por albergar el páramo más grande del mundo: el Páramo de Sumapaz, fuente vital de agua y biodiversidad. Allí, en medio de prácticas agrícolas tradicionales, resistencias comunitarias y memorias de conflicto, encontré el escenario perfecto para unir mi historia personal con mi proyecto pedagógico: una educación rural crítica, dignificante y con sentido.

En esta localidad, trabajé en el Colegio Campestre Jaime Garzón desde enero del 2019 hasta mayo del 2023, la institución educativa contaba con nueve sedes. Al llegar, enfrenté una crisis social y educativa: la comunidad había tomado la carretera en protesta contra el cuerpo docente y administrativo, y exigían cambios. Esta situación reflejaba el impacto de décadas de conflicto armado en la comunidad. El ambiente escolar era crítico, con estudiantes que cuestionaban todo y negociaban su desarrollo académico, priorizando las tareas del territorio rural.

Desde la idea del desarrollo humano, busqué caracterizar los procesos de aprendizaje articulando el medio natural y social del territorio con el propósito de potenciar sus posibilidades educativas. Comprendí que el aprendizaje no se da en aislamiento, sino en diálogo con el entorno. Esta perspectiva se sustenta en el planteamiento de Vygotsky (1978), quien sostiene que “todo aprendizaje en el niño aparece dos veces: primero en el nivel social y después en el nivel individual” (p. 57), lo que resalta el papel de la interacción con el otro y con el medio como base del desarrollo cognitivo. También consideré los aportes de Piaget (1972), quien afirma que cada etapa del desarrollo tiene su ritmo y características particulares, por lo que es fundamental respetar los procesos individuales de los estudiantes y propiciar experiencias que fortalezcan su construcción activa del conocimiento.

En el contexto rural donde ejercí mi práctica docente, observé cómo los estudiantes se desarrollan de manera integral a partir de su interacción constante con el entorno físico, social y cultural. Esta vivencia me permitió comprender que la dimensión afectiva y motriz no puede desligarse del proceso educativo, tal como lo plantea Wallon (1942), al afirmar que “la emoción es la primera

manifestación del yo y la base de toda relación con el mundo exterior” (p. 47). Desde esta comprensión, diseñé estrategias pedagógicas sensibles al contexto, en las que el cuerpo, la emoción y el territorio se convirtieron en pilares fundamentales para generar aprendizajes significativos.

DIFICULTADES DE LAS PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS RURALES

Trabajar en Sumapaz implicaba vivir allí y compartir vivienda con otros maestros de diversas culturas, lo que a veces generaba conflictos. Además, enfrentábamos un clima más frío —con respecto a Bogotá urbana—, falta de agua potable, mala señal de celular y escasez de transporte, lo que complicaba diligencias académicas y personales a mitad de semana. Estas condiciones podían causar soledad y desánimo.

Como docente, era fundamental tener claridad sobre el contexto rural y el enfoque de mi enseñanza en Educación Física, por ello, busqué que mi quehacer docente estuviera guiado por la competencia motriz, donde la educación física va más allá del rendimiento deportivo y considera sus impactos sociales y culturales (Parlebas, 1990); aboga por integrar valores y un enfoque humanista (Sergio, 2005) y por la importancia del desarrollo motor en la infancia y su influencia en el desarrollo integral (Le Boulch, 1981). En este sentido, las clases de Educación física se centraban en promover el desarrollo de la competencia motriz a través del juego, rescatando prácticas culturales rurales e integrando valores como el respeto, la cooperación y la identidad.

Con estas ideas en mente, y el proceso de formación que tuve en la Universidad Pedagógica Nacional, sabía que la educación física utiliza el movimiento para contribuir al desarrollo integral del individuo. Mis clases debían ser espacios de descanso y liberación de tensiones, teniendo en cuenta las dificultades que enfrentaban los niños para asistir a la institución educativa. Traté de crear ambientes pedagógicos fascinantes e inventivos (Assmann, 2002), implementando clases versátiles, que incluían espacios de relajación, actividad física, pre-deportivos, al igual que talleres sobre alimentación e hidratación. Estas actividades debían ser significativas y productivas para el contexto en el que vivían, es decir, dentro de

las clases se enfatizó mucho en la importancia del autocuidado, entendido como:

prácticas cotidianas y las decisiones sobre ellas, que realiza una persona, para cuidar de su salud; estas prácticas son ‘destrezas’ aprendidas a través de toda la vida, de uso continuo, que se emplean por libre decisión, con el propósito de fortalecer o restablecer la salud. (Tobón, 2003, p. 38)

Según Tobón, el autocuidado son destrezas aprendidas a lo largo de la vida. En mis clases de educación física, potencié estas habilidades, destacando hábitos posturales para levantar bultos y la importancia de la hidratación y la reducción del consumo de alcohol.

En el 2021, gracias a mi desempeño, fui trasladada a las sedes del colegio Campestre Jaime Garzón, a saber: Santa Rosa, Raizal, Ríos, Peñaliza y Animas. En este año todavía estábamos en educación virtual, me había trasladado para mi vereda natal y desde allí impartía mis clases virtuales. El objetivo central de estas clases era lograr que la familia se vinculara a las clases y tuvieran un espacio de disfrute, recreación, aprendizaje y unión familiar, valiéndonos de cada elemento que estaba en mi alrededor y a su alrededor.

Cuando regresamos al territorio, debía realizar algunos cambios para poder desempeñarme como docente de las escuelas del colegio Campestre Jaime Garzón. Uno de esos cambios fue reubicar mi lugar de vivienda, que antes estaba en la sede principal (institución educativa), para una escuela. Otro cambio fue adquirir una moto que se adaptara a las necesidades de la localidad, pues debía enfrentarme a las condiciones reales del territorio: las carreteras, en su mayoría destapadas, algunas en buen estado y otras en malas condiciones, con tramos pendientes y estrechos. Cada sede tenía su particularidad.

Los recorridos duraban de 30 minutos a una hora por carreteras peligrosas. También tuve que lidiar con conductores distraídos, lo que me generaba nervios e inseguridad; en varias ocasiones me caí de la moto y esto me frustraba. En muchas oportunidades se me pasó por la mente no continuar y solicitar un traslado, pero los abrazos de mis estudiantes me reconfortaban. Esas muestras de afecto me motivaban a seguir adelante y mantener la tenacidad que implica una combinación de pasión y perseverancia, que per-

mite a las personas mantener el esfuerzo frente a los desafíos a largo plazo (Duckworth, 2016).

Las sedes tenían pocos estudiantes, con grupos de 3 a 12 niños. A veces, solo llegaba uno, y en la sede de Ríos, sin acceso por carretera, los niños subían a caballo o a pie, mientras yo dejaba la moto junto al río y subía la loma a pie. En días de lluvia, los estudiantes no asistían y, a menudo, esperaba en la sede, con la esperanza de que llegara algún alumno.

No todo lo vivido en Sumapaz fue difícil, por el contrario, muchas experiencias fueron profundamente gratificantes y hermosas. Siempre resultó reconfortante visitar las diferentes sedes y ser recibida con una lluvia de abrazos, un dulce, una fruta, algo de sus onces o incluso una carta llena de amor y gratitud. Esos gestos sencillos, pero llenos de significado, hacían que todo valiera la pena. A la mayoría de los niños les encantaba moverse y participar: disfrutaban correr, hacer ejercicios de fuerza, asumir retos, bailar, modelar, preparar recetas saludables e incluso hacer karaoke. Cada clase se convertía en una fiesta del cuerpo, del juego y del afecto.

Como lo expresa Malaguzzi, pedagogo italiano creador del enfoque Reggio Emilia: “El niño tiene cien lenguajes, cien manos, cien pensamientos, cien maneras de pensar, de jugar y de hablar” (1996, p. 9). Esta mirada nos recuerda que cada expresión corporal, cada gesto de cariño y cada juego es una forma de aprendizaje y comunicación que debe ser valorada en la escuela. A lo largo de mi vida, cada experiencia vivida en distintos entornos y situaciones ha contribuido al desarrollo de una capacidad clave en mi formación personal y profesional: la resiliencia ha sido una capacidad fundamental en este proceso. Haber crecido en un entorno rural con múltiples limitaciones económicas, sociales y educativas me obligó a desarrollar herramientas internas para adaptarme y salir adelante frente a la adversidad. Cada reto, como las largas distancias para llegar a la escuela, la falta de recursos o la inseguridad, me enseñó a ser perseverante y a no rendirme fácilmente. Esta fortaleza se ha reflejado en mi camino académico y laboral, y hoy me permite acompañar a otros estudiantes, en especial a aquellos en contextos similares, con mayor empatía y compromiso.

Los logros en Sumapaz incluyeron la generación de conciencia sobre la importancia de la actividad física y los hábitos saludables, enseñando siempre con el ejemplo. Como decía el autor Jaramillo: “El maestro no proyecta tanto lo que sabe, sino lo que es, y eso se manifiesta a través de sus acciones” (2022).

Regresé de Sumapaz a la Bogotá urbana en el 2023, y en el 2024 inicié nuevos retos en la institución educativa Compartir Recuerdo, donde he aprendido nuevas formas de comunicarme e impartir clases. A pesar del cambio de contexto, mantengo el vínculo con la Colombia profunda, ya que el colegio cuenta con un proyecto de interculturalidad y tenemos el valioso acompañamiento de estudiantes wounaan, quienes hacen parte de la institución. Esto me ha permitido seguir fortaleciendo una educación con sentido, identidad y reconocimiento cultural.

CONCLUSIÓN

Las personas de la Colombia profunda, como nosotros los campesinos, construyen un proyecto de vida a través de la apropiación de sus territorios, su cultura y sus costumbres. Sin embargo, quienes aspiramos a continuar un camino académico enfrentamos numerosas dificultades, no solo de tipo geográfico o económico, sino también simbólico y cultural. Muchas veces debemos competir en condiciones desiguales frente a contextos que desconocen o no reconocen nuestras trayectorias, y que nos exigen adaptarnos a entornos urbanos y académicos que no comprenden nuestras formas de ver el mundo.

Estos desafíos no son solo individuales. En muchos casos, se trata de barreras estructurales que dificultan el acceso, la permanencia y el egreso de estudiantes rurales en la universidad pública. Reconocer las trayectorias académicas y pedagógicas del campesinado implica un acto político y ético que demanda una mirada más amplia, sensible y justa del sistema educativo. Cada paso dado, cada logro académico representa una manifestación de resistencia, dignidad y compromiso con el territorio.

Apostar por la educación en contextos rurales es una tarea transformadora que abre caminos para valorar, fortalecer y visibilizar las trayectorias educativas del campesinado. Solo así será posible avanzar

hacia una sociedad más justa, equitativa y verdaderamente incluyente.

REFERENCIAS

- Assmann, H. (2002). *Placer y ternura en la educación: Hacia una sociedad aprendiente*. Narcea.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Dewey, J. (1938). *Experience and education*. Kappa Delta Pi.
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: El poder de la pasión y la perseverancia*. Scribner.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores.
- Jaramillo, J. (2022). *¿Qué es eso de la educación física? Consideraciones sobre la propuesta epistemológica de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia*. Kinesis.
- Le Boulch, J. (1981). *La educación por el movimiento*. Paidós.
- Malaguzzi, L. (1996). Los cien lenguajes del niño. En C. Edwards, L. Gandini y G. Forman (Eds.), *Las cien lenguas de los niños: El enfoque de Reggio Emilia en la educación infantil* (pp. 3-11). Instituto Pensamiento y Cultura en América Latina.
- Parlebas, P. (1990). *Elementos de sociología del deporte*. INSEP.
- Piaget, J. (1972). *La epistemología genética*. Ariel.
- Sergio, M. (2005). *¿A educação física é uma ciência humana?* Imprensa Nacional-Casa da Moeda.
- Tobón Correa, O. (2003). *El autocuidado, una habilidad para vivir. Hacia la Promoción de la Salud*, 8, 37-43. <https://repositorio.ucaldas.edu.co/entities/publication/ba169e16-ce6a-460d-9c8b-1f760f5f79cd/full>
- Vygotsky, L. S. (1978). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Crítica.
- Wallon, H. (1942). *La evolución psicológica del niño*. Paidós.