

Dimensión Corporal un ser Integral

Dimensión Corporal. Manrique et al. (2021)

Resumen,

El presente artículo tiene la finalidad de dar a conocer la importancia que tiene la dimensión corporal en la formación de un ser integral, respondiendo al Proyecto Educativo Institucional (P.E.I) del Colegio Santo Tomás de Aquino de Bogotá, partiendo de vivencias y experiencias que posibilitan el desarrollo de habilidades y capacidades físico-motrices de los estudiantes a través de su participación en actividades físicas, deportivas, recreativas, culturales y de manejo corporal, expresando sus sentimientos y fortaleciendo el desarrollo del auto concepto y autocuidado.

Palabras clave,

Dimensión corporal, habilidades y capacidades físico-motrices, cultural, manejo corporal.

Abstract,

The purpose of this article is to show the importance of the bodily dimension in the formation of an integral being, responding to the institutional educational project (P.E.I) of the Santo Tomás de Aquino School in Bogotá, based on experiences that enable the development of skills in general and physical-motor capacities of students through their participation in physical sports, recreational, cultural activities and body management, expressing their feelings and strengthening the development of self-concept and self-care.

Key words,

Body dimension, physical-motor skills and abilities, culture, body management.

Introducción

Con el presente artículo se quiere dar a conocer los argumentos sobre la importancia de la dimensión corporal en la formación integral de todo ser humano; se aprende con el cuerpo, a través del cuerpo y por el cuerpo, y son los maestros quienes pueden brindar las herramientas para que desde la primera infancia los estudiantes puedan desarrollar y fortalecer las habilidades físico-motrices que le ayuden en su desarrollo personal y colectivo para afrontar las diferentes situaciones o problemas que se le presenten en la vida cotidiana.

Antes de abordar las posibilidades y beneficios de la Dimensión Corporal, es importante considerar que para el año 2021 nuestra Institución, organizó los contenidos, meto-

dologías y los criterios de evaluación de las asignaturas de Educación Física y Danzas, de forma que faciliten un mejor desempeño formativo, motriz, corporal y deportivo en los estudiantes, contribuyendo con su proceso de formación integral; brindándoles así herramientas que les permitan interactuar en sociedad. La Dimensión Corporal en nuestra Institución, favorece la formación integral a través del cuerpo, el movimiento y la expresión corporal, para que el estudiante sea competente motrizmente: En los procesos de adaptación y transformación; expresivamente: En los procesos de autocontrol y comunicación; y axiológicamente: En el cuidado de su cuerpo y el entorno.

“El ser humano, como todo ser vivo, no es

un agregado de elementos yuxtapuestos; es un todo integrado que constituye un subsistema dinámico, formado por muchos subsistemas perfectamente coordinados: el subsistema físico, el químico, el biológico, el psicológico, el social, el cultural, el ético-moral y el espiritual. Todos juntos e integrados constituyen la personalidad” (Martínez, 2009. p 2).

Para lograr esta integralidad la Dimensión Corporal busca desarrollar en sus estudiantes, un trabajo colaborativo y participativo que permita aportar a la construcción de una sociedad más equitativa en la medida que se fundamente el respeto por el otro a partir de una sana competencia. La educación física y la danza en los niños(as) jóvenes





y adolescentes ha demostrado que el desarrollo corporal impacta además de la salud, en el desempeño intelectual y el logro de las habilidades básicas para el aprendizaje.

Los maestros de la Institución reconocen los procesos que posibilitan en el estudiante el desarrollo de cada una de sus dimensiones y la descripción de la dimensión corporal.

Según los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional "Abordar la dimensión corporal implica tener en cuenta que existe una relación entre cuerpo y sociedad. Por un lado, la percepción del cuerpo depende de la construcción que la sociedad haya hecho de él y por otro, reconocer que en el cuerpo se manifiesta una determinada concepción de sociedad" (Serie Lineamientos curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte., 1996, p 25).

"la posibilidad que tiene el ser humano de manifestarse a sí mismo desde su cuerpo y con su cuerpo, de reconocer al otro y ser presencia "material" para este a partir de su cuerpo incluye también la posibilidad de generar y participar en procesos de formación y desarrollo físico y motriz". (La formación integral y sus dimensiones, 2016, p 18)

¿De qué manera la dimensión corporal responde al Proyecto Educativo Institucional?

Desde hace algunos años las actividades físicas y de movimiento rítmico han venido tomando mucha fuerza en la sociedad,

teniendo en cuenta los beneficios que estas aportan a la salud y todo lo referente a la prevención de la vida sedentaria; por esta razón la Educación Física se ha ganado un espacio importante dentro del proceso de formación ofrecido por las instituciones educativas, ya que esta asignatura complementada con los procesos de expresión corporal y la danza, favorecen el desarrollo y la formación integral de las personas, permitiendo el mejoramiento de sus destrezas y habilidades a nivel corporal, cognitivo, emotivo, motriz y relacional. El Artículo 23 de la Ley General de Educación, establece a la Educación física, recreación y deportes, como una de las áreas obligatorias y fundamentales dentro de la educación, porque a

“ vivenciar situaciones y experiencias que le permitan el manejo de su cuerpo como instrumento de comunicación de interacción con el mundo en un lenguaje no verbal, paralingüístico”

través de esta, se busca incentivar el interés por la actividad física, la expresión corporal, la recreación y el deporte, posibilitando el desarrollo de los estudiantes en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, espiritual, corporal y lúdica). De la misma manera la Ley 115 de 1994 cita en su Artículo 14. "Enseñanza obligatoria: 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" Teniendo en cuenta lo anterior, la Dimensión corporal quiere permitir a los niños (as), jóvenes y adolescentes del Colegio

Santo Tomás de Aquino de Bogotá, la posibilidad de vivenciar situaciones y experiencias que le permitan el manejo de su cuerpo como instrumento de comunicación de interacción con el mundo en un lenguaje no verbal, paralingüístico, demostrando por medio de gestos, actitudes, posturas y movimientos funcionales los sentimientos y emociones que no se les permite expresar de manera verbal y que se hizo evidente en estos tiempos de pandemia en donde los estudiantes debieron afrontar cuarentenas con las situaciones que esto implicó.

Así mismo, debemos mencionar cómo el movimiento es uno de los aspectos más importantes en el desarrollo del cuerpo, ya que por medio de este podemos fortalecer cada una de las habilidades y capacidades que posee el ser humano y que permite diferenciar a unos de otros,

puesto que el movimiento corporal permite que un individuo se pueda reconocer, relacionarse en los diferentes contextos en donde interactúa y transformarlos.

"La educación física, la recreación y los deportes apoyan dos núcleos de la inteligencia corporal: el control de los movimientos físicos propios y la capacidad para manejar objetos con habilidad. La atracción que sienten los jóvenes por conquistar metas de velocidad, agilidad, coordinación, fuerza y creatividad contribuye al desarrollo de una disposición física y mental favorable a la educación física de calidad". (Ministerio de Educación Nacional, 2002, p. 3)

Cuando hablamos del movimiento debemos tener en cuenta que es un medio de comunicación, de expresión y de relación con el otro, sus posibilidades de acción son infinitas, tanto así, que algunos de los movimientos llegan a ser involuntarios, el desarrollo armónico de la personalidad de los niños(as), jóvenes y adolescentes no solo desarrollan sus habilidades básicas, sino también, que le permiten hacer un aprendizaje significativo de su cuerpo y de los demás: "El movimiento es parte esencial en la vida del ser humano, es mediante él mismo como las personas abordan las tareas básicas de supervivencia, exploración del entorno, relación con la sociedad y comunicación, siendo un instrumento fundamental de interacción social". (Latorre & Lopez, 2009).

Los maestros de la dimensión corporal reconocen los beneficios que trajo la unificación de las asignaturas de Educación Física y Danzas en tanto se logró dar respuesta a las necesidades propias de la Institución dado el conocimiento previo de las fortalezas y debilidades de los estudiantes y que además, permitió incrementar la intensidad horaria con el objetivo de abrir más espacios para el desarrollo psicomotor de los tomasinos(as) considerando la situación de confinamiento actual.

"La Federación Nacional de Educación Física confirma el reconocimiento universal de que ésta es uno de los medios más eficaces para el mejoramiento de la calidad de vida de las personas y establece que la Educación Física debe ser reconocida como un derecho fundamental. Así mismo señala que además de la interdependencia con la educación, debe construirse en educación para la salud y para el ocio a través del desarrollo de estilo de vida activos" (El Manifiesto Mundial de la Federación Internacional de Educación Física, 2000).

En función de lo anterior en el perfil de los maestros de la dimensión corporal del Colegio Santo Tomás, está reconocer su papel para generar un cambio en la calidad de vida de sus estudiantes desde la educación inicial

en la medida que por medio de la educación física y la danza se le permite el conocimiento de sí mismo, de su fisiología, de sus habilidades y también de sus debilidades para que en la relación con el otro y con su entorno puedan vivenciar a través del desarrollo de las técnicas de los diferentes deportes, del juego y los valores que desde allí se logra enseñar, el conocimiento de los hábitos de vida saludable y el desarrollo de sus habilidades perceptivas.

El maestro de la dimensión corporal del Colegio Santo Tomás de Aquino de Bogotá,

"El movimiento es parte esencial en la vida del ser humano, es mediante él mismo como las personas abordan las tareas básicas de supervivencia, exploración del entorno, relación con la sociedad..!"

propende que su asignatura no sea vista como una asignatura no básica, puesto que al igual que en la matemáticas, el lenguaje, las ciencias y las sociales, los niños tienen la posibilidad de tener un aprendizaje significativo para la vida en la medida que las actividades que para ellos se plantea les permitirá adaptar su conducta a las normas que rigen la sociedad, mejorar su interacción en los grupos en los que se relacionan, fortalecen su expresión y comunicación de manera verbal y no verbal.

Dicho lo anterior los maestros de la dimensión parten de la realidad que los niños conocen: (el juego), para brindar a los estudiantes las bases que les permitan adentrarse en ese gran mundo de conocimientos

" los maestros desarrollan y fortalecen las habilidades perceptivas, habilidades motrices básicas y capacidades físicas motrices de una manera progresiva"

que se abren cuando llegan a las puertas de una Institución Educativa. A partir de éste, los maestros desarrollan y fortalecen las habilidades perceptivas, habilidades motrices básicas y capacidades físicas motrices de una manera progresiva, es decir que en el ámbito de una institución educativa el juego no se puede ver cómo un simple juego, que es lo que el común de las personas tienden a pensar; en el ámbito educativo cada juego o actividad que se desarrolla con los niños tie-

ne un texto, pretexto y contexto, y para los maestros de esta dimensión son una real herramienta con alcances físicos, psicológicos y sociales que utilizada de manera correcta le permitirán el desarrollo integral de sus estudiantes permaneciendo a lo largo de la vida y viéndose reflejado en las habilidades sociales, actitudinales y cognitivas de un ciudadano para el mundo.

Dicho lo anterior, un estudiante que desde la primera infancia hace su proceso de formación respetando las normas establecidas en un juego (lo cual le permitió afianzar el seguimiento de unas instrucciones básicas y socializar pese a las diferencias con su pares) es un estudiante que al lle-

gar a su etapa juvenil o mayores puede comprender, fortalecer y participar activamente de procesos de conocimientos más complejos no sólo en aspectos físico- deportivos sino también culturales, sociales, y cognitivos que es a dónde apunta la dimensión en la formación integral para el perfil del estudiante Tomasino que quiere entregar a la sociedad.

A través del trabajo de los maestros de la dimensión corporal, los estudiantes de nuestra Institución aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes actividades motrices, lúdicas, recreativas y deportivas. La asignatura de Educación Física, la recreación y el deporte proporcionan a los estudiantes herramientas fundamentales para su desarrollo físico-motriz, corporal, toma de decisiones, habilidades deportivas y el proceso de relación e interacción con el entorno;

este es un espacio pertinente para facilitar el desarrollo de capacidades y destrezas necesarias para su bienestar personal y la vida.

Así mismo la Danza, considerada como una herramienta eficaz, saludable y divertida, para el proceso de formación integral a través de la educación del cuerpo, el movimiento y todas sus posibilidades, permite a los estudiantes la adquisición y desarrollo de habilidades y destrezas perceptivo-mo-

trices, la condición física, la expresión corporal y la creatividad; además de favorecer la aproximación a aspectos históricos, sociales, culturales y artísticos de la comunidad, incidiendo positivamente en el proceso comunicativo de los estudiantes y su interacción social llevándolos al cuidado y respeto con el entorno, sus costumbres, sus tradiciones y su identidad cultural.

La Dimensión Corporal apoya el Proyecto Educativo Institucional "formando para la vida, la fe, la estudiosidad y la comunidad" en el desarrollo de competen-

cias de las demás dimensiones y aporta de manera significativa a la formación de una persona con valores éticos y morales, con hábitos que hagan que su vida y su salud sea de calidad; así mismo, trabaja teniendo en cuenta los ejes propuestos en el Proyecto Educativo Institucional (eje de formación, convivencia, pedagógico, investigación, comunicación, bienestar, administración y gestión y proyección social), que involucran a todos los miembros de la Comunidad Tomasina y los vinculan en los procesos académicos, administrativos y en el conocimiento de las

actividades programadas con el fin que de manera conjunta se logre la formación del ser con los valores y principios promulgados por nuestro Patrono Santo Tomás.

Es por esto, que apoyados en la estrategia didáctica y pedagógica de las 5 "E" de la educación implementada por la Institución, la dimensión corporal planea, desarrolla y evalúa, haciendo un seguimiento continuo de los procesos académicos de nuestros estudiantes favoreciendo su desarrollo físico-motor, expresivo-corporal y socio-cultural.



Conclusión

La Dimensión Corporal aporta al Proyecto Educativo Institucional en la formación integral de los estudiantes tomasinos a través del conocimiento del cuerpo, la aceptación de él mismo y el de sus pares, la expresión corporal y el conocimiento de las actividades que permiten unos hábitos de vida saludable; por ello, las actividades físicas, culturales, de expresión corporal y lúdico-recreativas son una herramienta

valiosa en la educación, debido a las implicaciones físicas, psicológicas y sociales que permiten reconocer debilidades y fortalezas en el proceso de formación.

Finalmente queremos resaltar la importancia de la dimensión corporal y sus aportes al desarrollo integral del estudiante del Colegio Santo Tomás de Aquino, siendo éste un espacio para

encontrar una identidad sobre sus habilidades relacionándose de manera asertiva con su contexto social. Por ello, consideramos que es fundamental en la medida que brinda las herramientas necesarias para que a través del conocimiento de su cuerpo pueda fortalecer procesos académicos y proyectarse al cumplimiento de las metas personales a corto, mediano y largo plazo.

Bibliografía

- El Manifiesto Mundial de la Federación Internacional de Educación Física. (2000).
- Eroles, C. (s.f.). El derecho al juego y la recreación. La formación integral y sus dimensiones. (2016). Bogotá: Kimpres S.A.S.
- Latorre, P., & Lopez, J. (2009). Desarrollo de la motricidad en la educación infantil. Iberoamericana.
- Martinez, M. (2009). Dimensiones Básicas de un Desarrollo. Polis.
- Ministerio de Educación Nacional. (2002). Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación. Bogotá: MEN. Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf
- Ministerio de Educación nacional. (2010). Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: MEN.
- Serie Lineamientos curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte. (1996). Bogotá: MEN