

Saltando por la vida:

La acrobacia como medio de transformación corporal y social

Edison Andrés Vanegas Tovar

20102188034

Universidad Distrital Francisco José de Caldas

Facultad de Ciencias y Educación

Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Artística

Bogotá, 2018

Saltando por la vida:

La acrobacia como medio de transformación corporal y social

Trabajo para obtener el título de Licenciado en Educación Básica con énfasis en Educación Artística

Modalidad Monografía Estudio de Caso.

Línea de investigación FCE:

Problemas del Desarrollo Humano y sus relaciones con la Estética, la Lúdica y la Creatividad

Autor

Edison Andrés Vanegas Tovar

20102188034

Directora

Deisy Patricia López Benítez

Universidad Distrital Francisco José de Caldas

Facultad de Ciencias y Educación

Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Artística

Bogotá, 2018

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a mi familia, al grupo juvenil OPALAS, que me apoyaron en todas las decisiones y caminos por los que he circulado, permitiendo que cierre este ciclo, para iniciar con otros que vienen en mi vida.

Para todos los grupos o poblaciones que están interesados en el desarrollo social y comunitario, que permita un aprendizaje significativo desde la construcción de personas.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco infinitamente a la señora Isidra Tovar quien sin importar cual fuese el camino, me enseñó a trabajar por lo que quiero sin desfallecer, a mi demás familia quien estuvo pendiente y apoyándome en lo que fuese necesario para culminar este ciclo, y a todos aquellos que estuvieron en la realización de este trabajo como lo fue Óscar Prada, su familia, Paola Gómez, el grupo base y beneficiarios del colectivo juvenil Opalas y por ultimo agradezco a la docente Patricia López quien me apoyo en la elaboración de este trabajo de investigación.

RESUMEN

En este estudio de caso se examinan las incidencias en el desarrollo físico, socio afectivo y prosocial al joven Óscar Felipe, dentro del laboratorio taller de acrobacia de piso enfocado en las habilidades acrobáticas básicas y complejas, el cual tuvo una duración de doce (12) sesiones, en donde cada encuentro contó con un proceso de observación y análisis. También se utilizaron entrevistas que fueron posibilitando ver estos logros.

Palabras clave:

Habilidades acrobáticas, cuerpo, estudio de caso, actitudes prosociales, Laboratorio taller, ámbito educativo.

Resumen Analítico Especializado

Aspectos formales
Tipo de documento: investigación – estudio de caso.
Tipo de impresión: Formato Digital
Acceso al documento: RIUD Formato Digital Universidad Distrital Francisco José de Caldas Facultad Ciencias y Educación
Título: Saltando por la vida: La acrobacia como medio de transformación corporal y social.
Autor: Edison Andrés Vanegas Tovar
Directora: Deisy Patricia López Benítez
Aspectos de investigación
Palabras Clave: Habilidades acrobáticas, cuerpo, estudio de caso, actitudes prosociales, Laboratorio taller, ámbito educativo.
Descripción: En este estudio de caso se examinan las incidencias en el desarrollo físico, socio afectivo y prosocial al joven Óscar Felipe, dentro del laboratorio taller de acrobacia de piso enfocado en las habilidades acrobáticas básicas y complejas, el cual tuvo una duración de doce (12) sesiones, en donde cada encuentro contó con un proceso de observación y análisis. También se utilizaron entrevistas que fueron posibilitando ver estos logros.
Bibliografía
Acuña, J. (15 de noviembre de 2016). *Centro de Gravedad del Cuerpo Humano*. Recuperado de http://cdgdelch.blogspot.com/ Blanco Vega, M. D. (2009). Enfoques Teóricos Sobre La Expresión Corporal Como Medio De Formación Y Comunicación. *Horizonte Pedagógico*, 15-28. Bolívar , A. (06 de julio de 1997). Liderazgo, mejora y centros educativos. *Liderazgo en Educación*, pp. 25-46. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/242684642_LIDERAZGO_MEJORA_Y_CENTROS_EDUCATIVOS_1?enrichId=rgreq-81f4d8f0327da5b5aedcb46190a53384-XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzI0MjY4NDY0MjtBUzoxODczMjA2ODI2ODg1MTRAMTQyMTY3MjEzOTUzNw%3D%3D&el=1_x_2&_esc=publicat Collazos Vidal, A. (2014). *La Acrobacia un recurso para la formación corporal del artista escénico.* Cali: Programa Editorial . Contini De González , E. N., Lacunza, A. B., & Esterkind De Chein, A. E. (2013). Habilidades Sociales En Contextos Urbanos Y Rurales. *psicogente*, 103-117. Díaz, J. (13 de junio de 2011). *Congreso Argentino y Latinoamericano de Educación Física y ciencias.* Recuperado de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/34896/Documento_completo.-M43.pdf?sequence=1 Duskin Feldman, R., Papalia, D. E., & Wendoks Olds, S. (2009). *Desarollo Humano, Undecima edición.* México: Mc Graw Hill. EcuRed. (29 de Junio de 2018). *Ecured conocimiento con todos y para todos*. Recuperado de https://www.ecured.cu/Psicolog%C3%ADa_del_desarrollo

Eslava Oriol, I., Mariño Pego, C., Montes Lasheras, J. M., & Salgado López, J. (2003). Factores a tener en cuenta en la enseñanza de tareas motrices que impliquen contacto físico. *Revista de educación física: Renovar la teoría y practica*, 27-38.

Estapé Tous, E. (2002). Sistematización de los elementos acrobáticos en Gimnasia Artística . En E. Estapé, *La acrobacia en en Gimnasia Artísitca, su técnica y su didáctica* (págs. 23-35). Barcelona : INDE.

Estapé Tous, E., López Moya, M., & Grande, I. (1999). Introducción al contenido gimnástico.Reflexión sobre la practica. En E. Estapé Tous, M. López Moya, & I. Grande, *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo* (págs. 19-38). Barcelona: Inde.

Estapé Tous, E., López Moya, M., & Grande, I. (1999). Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo. En *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo* (págs. 19-27). Barcelona: Inde.

Gallo Cadavid, L. E. (2009). El cuerpo en la educación da qué pensar: perspectivas hacia una educación corporal. *Estudios pedagógicos Valdivia*, 231-242.

García Sánchez, I., Pérez Ordás , R., & Calvo Lluch, Á. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 19-22.

Gíménez, M., Vázquez, C., & Hervás, G. (2010). El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia:. *Psychology, Society, & Education*, 97-116.

Guerrero Laurido, H. (2017). La expresión corporal, como medio de comunicación educacional. *INNOVA Research Journal* , 92-98.

Husson, M. (2008). La gimnasia como contenido educativo. Su didáctica. *Jornadas De Cuerpo Y Cultura de la Unlp* (págs. 1-7). La Plata: Memoria Académica.

Murillo Torrecilla, F. J. (2006). Una Dirección Escolar Para El Cambio: Del Liderazgo. *REICE - Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 11-24.

Navarro Garcia, J. M. (2009). Las habilidades gimnásticas y acrobáticas como recurso educativo en la materia de educación física". *Revista Digital Innovación y experiencias educativas*, número 16.

Reguera López de la Osa, X., & Gutiérrez Sánchez, Á. (2015). Implementación de un programa de Gimnasia Acrobática en Educación Secundaria para la mejora del autoconcepto. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación (27)*, 114-117.

Significados.com. (18 de Abril de 2017). Recuperado de https://www.significados.com/estudio-de-caso/

Vázquez Hoys, A. (02 de Noviembre de 2017). *El blog de Ana Vázquez Hoys*. Recuperado de http://www.bloganavazquez.com/2010/07/03/acrobata-y-su-significado/

Vázquez Rodríguez, J. Á. (2015). Las relaciones interpersonales componente esencial en el clima sociopsicológico en el deporte de gimnasia rítmica: Una revisión necesaria (revisión). *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma.*, 75-85.

Yus Ramos, R. (2001). *Educación Integral Una Eduación Holística Para El siglo XXI.* Bilbao: DESCLÉE DE BROUWER, S.A.

Zambrano, D. (11 de Noviembre de 2016). *facemama.com*. Recuperado de https://www.facemama.com/estimulacion-prenatal/importancia-de-la-estimulacion-prenatal.html

Base teórica de la investigación: En este estudio de caso, se construyeron dos categorías de análisis que permitieron crear un horizonte de sentido para desarrollar esta investigación. Estas categorías fueron; **cuerpo:** visto como el medio de aprendizaje de las habilidades acrobáticas y expresión corporal. se aborda subconceptos como acrobacia y habilidades acrobáticas. Y como segunda categoría **Desarrollo humano integral**, bajo la perspectiva de la educación holística; destacando factores y conductas para la socialización, en esta segunda categoría se desprenden conceptos como: desarrollo psicosocial y conductas prosociales. Conceptos utilizados de insumo para la construcción de lo que se denominó laboratorio-taller de habilidades acrobáticas.

Contenidos:

Este estudio, está compuesto por tres capítulos que comprenden referencias teóricas, metodología aplicada, e informe final.

Esta investigación recoge los planteamientos de las profesoras colombianas María de Jesús Blanco Vega[1], en donde el cuerpo se ve como un medio de comunicación que permanece durante todo el ciclo vital, que expresa sus experiencias en la cotidianidad. Unido a lo anterior se retoma la revisión de la doctora Luz Elena Gallo Cadavid[2] desde la antropología fenomenológica en donde el cuerpo se convierte en la posibilidad de reconocimiento tanto propia como colectiva; capaz de entablar diálogo, con el mismo, con el otro, y con lo otro, desde una enorme complejidad de sentido.

La primera parte de referencias teóricas se centra en la acrobacia y habilidades acrobáticas, en donde se eligió hablar desde tres perspectivas; una **primera**, en donde se encuentra la definición de lo que significa acrobacia, y habilidades acrobáticas. Una **segunda** perspectiva que permite ver a la acrobacia como un recurso necesario en la formación del artista escénico. Y por último una **tercera**, que contiene el papel del desarrollo de las habilidades acrobáticas en escenarios educativos.

[1] Especialización en Baile Flamenco de la Fundación Cristina Heeren de Sevilla – España. Candidata a Título de Maestría en Educación de la Universidad Artes y Ciencias Sociales de Santiago de Chile. (información 2015) Docente Investigadora del Grupo de Investigación en Educación y Escenarios de Construcción Pedagógica. Facultad de Educación, Ciencias Humanas y Sociales de la Corporación Universitaria Iberoamericana.

[2] Doctora, Docente e investigadora de la Universidad de Antioquia Colombia

Por los intereses pedagógicos que tiene esta investigación se construyó otro apartado alusivo a las orientaciones formativas para abordar el cuerpo, desde algunas relaciones de la educación integral.

La segunda categoría está centrada a indagar el desarrollo integral desde la educación holística, destacando su relación con las conductas prosociales, elementos que serán analizados en el comportamiento de Óscar Felipe en el transcurso del laboratorio taller.

Metodología: Este proceso investigativo es un estudio de caso, cualitativo, descriptivo, que permitió enfocarse en las cualidades, en los comportamientos, las actitudes y aptitudes de Óscar Felipe Prada Correa durante su proceso en el laboratorio taller sobre enseñanzas de habilidades acrobáticas, con una duración de 24 horas, divididas en doce clases de dos horas cada una.

Las fases de esta investigación fueron; Creación del laboratorio taller; Análisis de los resultados de cada sesión, entrevistas, filminuto como herramienta de recolección de información del proceso de formación técnica y por último creación del informe final. Etapas que permitieron el análisis y la observación de diferentes desarrollos personales, que aportaron para la construcción y fortalecimiento del proyecto de vida de Óscar Felipe.

Conclusiones:

Diálogos Propios

La acrobacia es una técnica que permitió mi formación y así poder formar a muchos jóvenes, cambiando muchos aspectos en sus vidas en cuanto a su forma de pensar y comportarse, aprovechando mejor su tiempo libre, en algunos casos, dejando el consumo de sustancias psicoactivas, construyendo proyectos de vida y enfocando sus objetivos en algo que los ayuda a generar conciencia de su bienestar y el de las demás personas, al reconocer su cuerpo como un lugar o territorio seguro, generando disciplina, responsabilidad y tolerancia.

Este proceso investigativo ha permitido ampliar el panorama educativo en el que me desenvuelvo, en donde he podido analizar y relacionar en la enseñanza, aspectos de los jóvenes como conocer la familia de cada chico, de dónde vienen, cuáles son sus aspiraciones, sus dificultades, y qué hacer para potencializar sus habilidades para tener un proceso más significativo.

Sobre Óscar

A través de esta investigación, puedo mencionar que este proceso pudo impactar positivamente la vida este joven viendo a la gimnasia artística como una opción de vida con miras profesionales.

El laboratorio taller no sólo fortaleció aspectos técnicos y físicos del participante, sino que reforzó algunas cualidades en su comportamiento como; la puntualidad, la decisión, la responsabilidad y la seguridad de sí mismo.

Reconozco a Óscar Felipe como un territorio de respeto, que respeta a todos los que están a su alrededor, mostrándose amistoso y cooperativo y sirviendo de líder cuando se necesita en las actividades de formación circense de Opalas.

Este proyecto permitió que la madre pudiera comprender la importancia de este tipo de prácticas corporales como un medio de desarrollo profesional. En el proceso ella resaltó las habilidades, talentos y necesidades de Óscar y decidió junto con sus familiares (hermana mayor de Óscar) apoyarlo aún más en la decisión de empezar a formarse como gimnasta.

Durante el desarrollo de las actividades y los consejos del docente tutor, se pudo observar la importancia de obtener los permisos necesarios para presentar las evidencias imágenes, y documentos referidos a Óscar. (Ver anexo 1)

Sobre lo metodológico.

Otra inquietud que surge del método aplicado a esta investigación, es sobre el número de participantes al laboratorio taller, tal vez si se contemplará en próximas investigaciones aumentar la cantidad de jóvenes se tendría una fuente más rica para analizar dichas implicaciones de estas prácticas corporales.

Una reflexión en cuanto al diseño, planeación y ejecución del laboratorio taller fue la dificultad al trabajar y analizar las conductas prosociales de una manera más profunda; debido a la complejidad de los contenidos acrobáticos, siendo estos enseñados desde un lugar técnico, que muchas veces limitó su exploración creativa, su relación social y afectiva. Esta experiencia deja inquietudes sobre cómo enseñar las habilidades acrobáticas vinculadas de forma más directa a fomentar el desarrollo prosocial y afectivo, ya que como demuestra esta investigación esta práctica corporal aporta a dichos desarrollos, pero que se puede potenciar si se tiene en cuenta aspectos como lo son la creatividad, el juego, el trabajo en grupo.

Aunque se hayan destacado varios aportes positivos en este laboratorio–taller, creo pertinente repensar estas propuestas, construyendo prácticas en las que se busquen aquellas formas de relacionarse con el cuerpo y con los movimientos desde el placer y no desde la imposición o el castigo; donde el diseño de cada propuesta brinde un espacio a la creatividad, a la socialización, a la aparición de la alternancia entre juego y acrobacia. Dando la posibilidad de explorar, y jugar con lo aprendido, que permita el reconocimiento personal y colectivo. Cooperar en el aprendizaje de los movimientos, no desde un lugar que prioriza la "perfección" técnica, sino desde la posibilidad de moverse correctamente, sin peligro de dañar al cuerpo.

Repensar las practicas acrobáticas, también implica reflexionar el rol del profesor, el profesor debe involucrarse profundamente en la clase, vinculándose con sus alumnos, motivándolos, corrigiéndolos, procurando que cada uno pueda apropiarse de un saber corporal, por medio de múltiples posibilidades para esta práctica.

La enseñanza de este tipo de habilidades brinda otro tipo de conocimientos a los individuos inmersos en estas, como la capacidad de reflexionar y cuidar su cuerpo y el de los otros, ser capaz de tomar decisiones, ser personas que empiezan a preguntarse por su

contexto y aportar a este, desarrollar seres más cooperativos, más consientes e importantes actores que aportan al tejido social de sus comunidades, adquiriendo valores como la responsabilidad, la comprensión y lo más importante, la libertad de hacer lo que se quiere.

Las habilidades acrobáticas también podrían relacionarse con otras áreas del conocimiento para lograr una amplia mirada del cuerpo y su relación social, como por ejemplo los aportes en la física, las matemáticas, la biología, la psicología y obviamente las artes, ya que estos aportes nos permiten desenvolvernos en el mundo personal y también el ámbito artístico complementando mucho más las formas de abordar el lenguaje escénico (circo, danza y teatro) y, si es orientado de una forma adecuada permitirá desarrollar habilidades de creación.

Generales

La acrobacia aporta a la construcción de diferentes puestas en escena, resaltando el fortalecimiento estético que brinda esta práctica corporal; aportando elementos como la creatividad, el movimiento, el riesgo, la imaginación, mejorando el trabajo de línea, la resistencia física y generando hábitos importantes para el cuidado del cuerpo. La acrobacia puede dialogar con otras disciplinas artísticas tales como lo son, el circo el teatro, la danza, la música y las plásticas, generando creaciones artísticas multidisciplinares.

De acuerdo con los principios de la educación integral, el mantenimiento de la democracia y la sociedad, dependen de una educación humana que se fundamente sobre un núcleo de valores éticos tales como: atención, honestidad, responsabilidad y respeto hacia sí mismo y a los demás. Siendo uno de los grandes objetivos de la educación pública el ayudar a poseer una serie de valores positivos y actuar desde ellos para llegar a ser ciudadanos responsables. En donde la escuela no es la única responsable en dichas obligaciones, por esta razón se debe trabajar colaborativamente con familias y otros miembros de la comunidad para desarrollar e implementar estrategias de educación humana. Por esta razón, al pensar en prácticas corporales como la acrobacia es preciso tener en cuenta esta necesidad social.

Contenido

Justificación. 14
Pregunta Problema. 15
Objetivos 15
Objetivo General. 15
Objetivos Específicos. 16
Antecedentes. 16
Marco Contextual 18

Capítulo 1. 21
Introducción 21
Cuerpo 22
Acrobacia 23
Habilidades Acrobáticas 24
Acrobacia Como Recurso Artístico 26
La acrobacia como recurso educativo 28
Orientaciones Pedagógicas 29
Otra Alternativa De Comprender El Cuerpo En La Educación Corporal 29
Orientaciones Para La Enseñanza De Habilidades Acrobáticas 30
Parte II. Revisiones complementarias para abordar una práctica corporal 33
Perspectiva Integral-Holística 33
Definición de educación Holística 35
Desarrollo psicosocial 35
Conductas Prosociales 36
Capítulo 2.
Marco Metodológico. Saltando Por La Vida. Indagaciones desde el cuerpo y la acrobacia. 39
Dispositivo Del Estudio Caso 39
Definición de estudio de caso 39
Fases 39
Laboratorio Taller 40
Metodología: 41
Sesiones 43
Planeaciones 44
Observables (físico, social y afectivo) 45
Filminuto: 49
Aportes Externos Al Proceso 49
Capítulo 3. Informe Final 49
Carta Escrita Por Óscar Sobre Su Proceso 54
Capitulo 4
Conclusiones 55
Diálogos Propios 55
Sobre Óscar 55
Sobre lo metodológico 56
Generales 57
Aportes Del Trabajo De Grado Al Campo De La Educación Artística. 58

Recursos Disponibles. 59
Materiales. 59
Institucionales. 59
Bibliografía 60

Lista de anexos 62

Anexo 1. Carta de permiso acudiente Óscar 62
Anexo 2. Fichas Habilidades Acrobáticas 62
Anexo 3. Laboratorio Taller 66
Anexo 4. Entrevistas 66
Anexo 5. Filminuto 69
Anexo 6. Carta Escrita por Óscar sobre su proceso 69

Índice de tablas

Contenido **Pág.**

Tabla 2 Planeación de progresión de habilidades acrobáticas 44
Tabla 3 Aportes finales 52
Tabla 1 Anexo 2 Planeaciones y observaciones Laboratorio taller 66
Tabla 1Entrevistas realizadas a familiares, amigos, compañeros 66

Índice de figuras

Contenido **Pág.**

Figura 1 Enfoque de la organización Opalas……19

Justificación.

La investigación en Colombia sobre este terreno de la acrobacia ligado a las actitudes prosociales es reciente en el ámbito de la educación artística, estas investigaciones están más ligadas al campo de la educación física. Tal vez este proyecto de grado se presenta como una oportunidad para incentivar, aplicar y seguir investigando estas relaciones en el ámbito de la educación artística.

El objetivo de este estudio de caso es poder ofrecer argumentos teóricos y prácticos frente a la enseñanza de prácticas corporales, particularmente las habilidades acrobáticas, no sólo como una posibilidad de crear conocimientos técnicos y físicos correspondientes a las disciplinas artísticas como el circo, el teatro o la danza, resaltando que el mundo de las habilidades acrobáticas es mucho más amplio y aporta muchos más beneficios para las personas que las aprenden. La enseñanza de este tipo de habilidades brinda otro tipo de conocimientos a los individuos inmersos en estas, como la capacidad de reflexionar, cuidar su cuerpo y el de los otros, adquiriendo valores como la responsabilidad, la comprensión y lo más importante, la libertad de hacer lo que se quiere.

Los procesos de formación basados en la acrobacia, normalmente están diseñados con objetivos en la formación deportista o artística profesional, enfocando sus programas y currículos en el desarrollo técnico y físico, descuidando de cierto modo el desarrollo integral (pensamiento, sentimiento y acción) de sus participantes, por esto es necesario realizar una investigación sobre las implicaciones que podrían obtenerse de la enseñanza de habilidades acrobáticas en otros espacios de formación que no sólo tengan objetivos de crear deportistas o artistas sino que estén encaminados a la formación humana, para la formación integral de las personas que las realicen.

La realización de este estudio de caso estará dentro de un laboratorio-taller de habilidades acrobáticas llamado, saltando por la vida, donde se tomó como objeto de estudio un adolescente, asistente a los procesos de formación circense de la Organización participativa de actividades

lúdico-artísticas para la sociedad –Opalas–. Proceso que se irá observando para determinar qué características se van desarrollando en su comportamiento y formación, en cuanto al desarrollo de actitudes prosociales.

Esta investigación surge también como una necesidad de entender las dinámicas de la organización Opalas y propias del docente investigador, que son necesarias reflexionar y repensar, permitiendo que se visibilicen algunas trazas para sustentar, validar y cualificar el trabajo de la organización Opalas y su desarrollo profesional, ya que por medio de esta labor, se ha tenido la oportunidad de compartir conocimientos, experiencias sociales, artísticas y personales que han aportado al desarrollo de varios chicos de la localidad Rafael Uribe (Bogotá).

Se considera al igual que muchos autores referidos en esta investigación, que la formación en aspectos acrobáticos puede fortalecer en gran medida a todas las personas para una formación mucho más humana, lugares que la Licenciatura en Educación Artística (UD) no está exenta de explorar, si se apropian este tipo de experiencias formativas acrobáticas; las habilidades acrobáticas podrían contribuir a la formación escénica de los futuros egresados y por otro, la licenciatura podría contemplar la posibilidad de generar experiencias educativas artísticas más significativas orientadas al desarrollo humano por medio de estas prácticas corporales.

Pregunta Problema.

¿Cuáles son los aportes al desarrollo humano (tanto físicos, afectivos y sociales) que logra brindar una práctica corporal, como la acrobacia de piso en los jóvenes?

Objetivos

Objetivo General.

- Identificar los aportes (sociales, afectivos y físicos) dentro de un proceso de aprendizaje de una práctica corporal como la acrobacia de piso, por medio del estudio de caso del joven Óscar Felipe Prada Correa durante su participación en el laboratorio taller.

Objetivos Específicos.

- Elaborar un laboratorio taller que permita profundizar el proceso acrobático de piso de Óscar Felipe Prada Correa.
- Recopilar y analizar la información, donde se determine qué resultados sociales, afectivos y físicos arrojó la ejecución de este laboratorio taller y sus implicaciones en el desarrollo vital de Óscar Felipe Prada Correa.
- Recolectar otros tipos de información que ayuden a comprender mejor, las implicaciones socioafectivas que han venido ocurriendo durante la formación acrobática de Óscar; por medio de entrevistas individuales a familiares, personas cercanas a su proceso formativo y amigos.

Antecedentes.

Investigaciones referidas al trabajo de habilidades acrobáticas y sus implicaciones en el desarrollo integral son muy escazas en el país y aún más en relación con el arte y a la educación artística. Para esta investigación se decidió tomar como referentes los aportes de investigaciones internacionales, realizadas en España y Cuba, que analizan la acrobacia y sus posibilidades en el ámbito educativo.

Una de estas investigaciones que sustentan este estudio de caso, es la propuesta educativa de Xoana Reguera López de la Osa y Águeda Gutiérrez-Sánchez titulada *implementación de un programa de Gimnasia Acrobática en Educación Secundaria para la mejora del autoconcepto, 2015*, que tiene como objetivo trabajar las conductas prosociales como el liderazgo, la sensibilidad social, el respeto y el autocontrol a través de las actitudes adquiridas en los procesos de enseñanza-aprendizaje de la Gimnasia Acrobática dentro del marco institucional de (ESO)[3]. Con el fin de mejorar la convivencia en las aulas y centros escolares. Esta investigación es un

[3] Educación Secundaria Obligatoria

estudio de caso realizado a treinta y seis (36) participantes con edades entre los 14 y 17 años, de tercer y cuarto grado de secundaria, lo que en Colombia vendría equivaliendo a los grados octavo y noveno. Edad y formación académica en las que Óscar Felipe Prada Correa transita durante esta investigación.

Las autoras en sus conclusiones ven como una debilidad para su investigación el no haber tomado información de otras fuentes como familiares, amigos y otros docentes que ayudaran a determinar el impacto de estas enseñanzas en la vida de los adolescentes a los cuales se investigó, Por esta razón este estudio de caso se apoyará en las visiones de personas cercanas a Óscar Felipe, para así poder analizar de una forma más completa dichas incidencias

> La Gimnasia Acrobática mejora los niveles de autoconcepto en aquellos sujetos con problemas físicos y/o emocionales ya que el estudiante, al sentirse partícipe de la actividad que está realizando, al tener que organizarse y cooperar con sus compañeros, se siente orgulloso y enriquecido corporal y emocionalmente (Reguera López de la Osa & Gutiérrez Sánchez, 2015, p. 114).

Otra investigación que posibilita ampliar la mirada sobre las practicas corporales y sus implicaciones en las actitudes prosociales y las relaciones interpersonales, es la revisión teórica (tesis de maestría) que hace la cubana Juana Ángela Vázquez Rodríguez (2015) correspondiente al ambiente de enseñanza- aprendizaje de la gimnasia rítmica y como este se puede acondicionar y mejorar para lograr un mayor rendimiento técnico y emocional en los estudiantes de esta práctica deportiva. Aunque esta investigación no habla específicamente de la enseñanza artística, es necesario destacar el enfoque psicosocial que tiene esta investigación, del cual podemos destacar un elemento pertinente para sustentar este estudio de caso, lo que ella señala como un **clima sociopsicológico adecuado** para sus planteamientos en el desarrollo metodológico de intervención.

La autora describe un clima sociopsicológico adecuado caracterizado por las relaciones interpersonales en los grupos y la necesidad de describir, desde lo social, lo psicológico y lo pedagógico a sus miembros, cuando los integrantes de un grupo se sienten parte de éste, se

empieza a construir un ambiente en el que cada participante aportar experiencias sociales, morales y educativas que contribuirán al proceso colectivo, defendiendo los objetivos de su grupo. (Vázquez Rodríguez, 2015)

A la vez, menciona que este encuentro es una integración dialéctica, (idea retomada de tesis Vygotsky y de la psicología humanista), en donde se generan interacciones con el grupo desde lo social, lo cultural, lo grupal, lo individual, lo ideológico y son espacios de sus modelos de vida e ideales, en donde los estudiantes se conciben como transformadores de su personalidad y de sus contextos sociales (Sánchez Acosta y Proveyer (2005) citado en Vázquez Rodríguez, 2015 p.82).

Marco Contextual

La labor que lleva la organización Opalas, del cual el investigador de este proyecto hace parte como fundador y guía de los procesos de formación circense y agricultura urbana, sin este espacio de formación comunitario no hubiera sido posible poner en práctica los conocimientos en cuanto a la formación artística circense con niños y jóvenes; y acercar a jóvenes con condiciones similares a las de Óscar Felipe.

A continuación, se desarrollará a grandes rasgos una reseña de lo que ha sido Opalas durante sus siete años de actividad:

La Organización Participativa de Actividades Lúdico-Artísticas para la Sociedad -Opalas- es una agrupación de jóvenes artistas-educadores empíricos y en formación desde las artes escénicas; habitantes de la zona alta de la localidad de Rafael Uribe Uribe, específicamente de los barrios Marruecos, Molinos, Bochica, Palermo Sur y Diana Turbay, barrios netamente populares del Sur Oriente de la ciudad de Bogotá.

Estos jóvenes se han decido organizar para construir y aportar desde sus propias reflexiones acerca del contexto inmediato en el que viven, eligiendo la agricultura urbana y el circo como medio para ser escuchados.

Problemas de violencia, consumo de sustancias psicoactivas, basuras, poca atención a los niños por parte de sus familias e inadecuada utilización del tiempo libre, son las problemáticas que más afectan directamente a los niños y jóvenes de la localidad.

Opalas ha consolidado un espacio alternativo de educación con miras a realizar aportes significativos a más niños y jóvenes con estas problemáticas. Su experiencia en la formulación y ejecución de proyectos, en presentaciones locales y distritales, ha posibilitado la consolidación de un grupo base y un semillero de formación tanto en la enseñanza de la técnica circense como en la agricultura urbana.

Desde la creación de la organización se han propuesto cuatro componentes de acción: Cuerpo, Tierra, Objeto y Letra; siendo los componentes más fuertes: Cuerpo (circo, Teatro, danza) y Tierra (recuperación de espacios, agricultura urbana y ambiente),

En este último componente gracias a la participación de varios niños y jóvenes; se iniciaron varios trabajos de recuperación de lugares que estaban fuertemente azotados por las basuras, generando problemas de inseguridad y salubridad. Lo que generó que varios integrantes de la organización se preocuparan por intervenir este espacio y construyeran varias actividades; Unas de ellas estuvieron enfocadas al rescate de juegos tradicionales que sirvieran para construir procesos de memoria y recuperarán lugares afectados por las basuras, limpiando y pintando: “rayuelas”, “twister”, “guerra de países”, “stop”, “escaleras”, “cuadritos” “yermis” con el objetivo de que los niños volvieran a jugar en las calles.

Otra actividad, es la que concierne al espacio de la huerta comunitaria ***Néwen Mapú*** (La fuerza de la tierra -lengua mapuche-) que se originó a través del trabajo de recuperación de un espacio domiciliario (avenida calle 48q 2A40 Molinos II). Actualmente se encuentra ubicada al respaldo de la avenida Guacamayas, en frente del barrio Los puentes, sobre la ronda de la quebrada La Chiguaza, (Calle 48 P Bis C sur con carrera 2). El proceso que se ha desarrollado en la huerta ha generado que ésta se consolide como uno de los mayores espacios de agricultura urbana y recuperación de espacios para la zona alta de la localidad.



Figura 2 Enfoque de la organización Opalas (elaboración propia)

En la actualidad, la organización ha volcado su apuesta en la formación artística hacia la consolidación de un grupo base pedagógico-artístico, entendiendo la creación artística como una necesidad vital para la enunciación de los sujetos y la visibilización de la agrupación en cuanto al impacto que se ha generado con procesos como este y lo que pueden seguir generando estas apuestas educativas.

Capítulo 1.

Introducción

En este estudio de caso, se construyeron dos categorías de análisis que permitieron crear un horizonte de sentido para desarrollar esta investigación. Estas categorías fueron; **cuerpo:** visto como el medio de aprendizaje de las habilidades acrobáticas y expresión corporal. Se aborda subconceptos como acrobacia y habilidades acrobáticas. Y como segunda categoría **Desarrollo humano integral**, bajo la perspectiva de la educación holística; destacando factores y conductas para la socialización, en esta segunda categoría se desprenden conceptos como: desarrollo psicosocial y conductas prosociales.

Conceptos utilizados de insumo para la construcción de lo que se denominó laboratorio- taller de habilidades acrobáticas "saltando por la vida".

Para construir el marco referido al cuerpo, esta investigación recoge los planteamientos de las profesoras colombianas María de Jesús Blanco Vega[4] licenciada en danza y teatro de la Universidad Antonio Nariño, la cual analiza las orientaciones de la expresión corporal desde el análisis y la descripción de los Planes de Estudio y Currículos de programas de Educación Preescolar y Pedagogía Infantil, en donde el cuerpo se ve como un medio de comunicación que permanece durante todo el ciclo vital, que expresa sus experiencias en la cotidianidad.

Unido a lo anterior se retoma la revisión de la doctora Luz Elena Gallo Cadavid[5] desde la antropología fenomenológica en donde el cuerpo se convierte en la posibilidad de reconocimiento tanto propia como colectiva; capaz de entablar diálogo, con el mismo, con el otro, y con lo otro, desde una enorme complejidad de sentido.

El fuerte de esta primera parte referida al cuerpo se centra en la acrobacia y habilidades acrobáticas, en donde se eligió hablar desde tres perspectivas; una **primera** que sirve para

[4] Especialización en Baile Flamenco de la Fundación Cristina Heeren de Sevilla – España. Candidata a Título de Maestría en Educación de la Universidad Artes y Ciencias Sociales de Santiago de Chile. (información 2015) Docente Investigadora del Grupo de Investigación en Educación y Escenarios de Construcción Pedagógica. Facultad de Educación, Ciencias Humanas y Sociales de la Corporación Universitaria Iberoamericana.

[5] Doctora, Docente e investigadora de la Universidad de Antioquia Colombia.

clarificar términos, en donde se hace una pequeña definición de lo que significa acrobacia, y habilidades acrobáticas. Una **segunda** perspectiva que permite ver a la acrobacia como un recurso necesario en la formación del artista escénico. Y por último una **tercera**, que contiene el papel del desarrollo de las habilidades acrobáticas en escenarios educativos.

Por los intereses pedagógicos que tiene esta investigación se construyó otro apartado alusivo a las orientaciones formativas para abordar el cuerpo, desde algunas relaciones de la educación integral.

La segunda categoría está centrada a indagar el **desarrollo integral** desde la educación holística, destacando su relación con las conductas prosociales, elementos que serán analizados en el comportamiento de Óscar Felipe en el transcurso del laboratorio taller.

Cuerpo

El cuerpo es el lugar tanto físico como de sentido que posibilita procesos de comunicación tanto interna, con los otros, con los objetos y con todo lo que nos rodea. En donde estas relaciones generan estímulos que intervienen en la formación de personalidad, estableciendo el lugar que ocupan los cuerpos en la sociedad.

En el artículo, revisión teórica sobre La Expresión Corporal en la Formación de Maestros 2008-2009: *Enfoques Teóricos Sobre La Expresión Corporal Como Medio De Formación Y Comunicación*, la autora Colombiana María de Jesús Blanco Vega, nos plantea al cuerpo como una herramienta usada durante todo el ciclo vital, desde el nacimiento hasta la muerte, que posibilita el lenguaje desde el interior al exterior, manifestando su sentir y expresa las experiencias vividas por medio de procesos de estimulación, exploración, desarrollo y expresión en sí mismo (Blanco Vega, Enfoques Teóricos Sobre La Expresión Corporal Como Medio De Formación Y Comunicación, 2009).

Es decir, cada persona hace propios esos estímulos que intervienen en la formación de su personalidad, expresándolo en su cotidianidad. Podría decirse incluso que éstos inician en el periodo de gestación, desde los primeros impulsos de la madre, generando una base que

colaborará en la formación de seguridad en cada cuerpo o sujeto, y al no ser estimulados, generarán ciertos problemas al expresarse y desenvolverse con las demás personas, como lo menciona el especialista en estimulación prenatal Dafnis Zambrano (2016).

Para complementar la idea anterior, las visiones que retoma la doctora Luz Elena Gallo Cadavid (de algunos pensadores contemporáneos que reflexionan sobre la importancia del cuerpo y su relación social desde la antropología-fenomenológica) en su ensayo *El cuerpo en la educación da qué pensar: perspectivas hacia una educación corporal.*

> El cuerpo se convierte en un lugar de acontecimientos de sentido, siendo portador de un número indeterminado de sistemas simbólicos cuyo desarrollo interno excede seguramente la significación de los gestos naturales, pero que se desplomaría si el cuerpo cesa de marcar el ejercicio de instalarlos en el mundo y en nuestras vidas, en estas relaciones existen motivaciones y factores como los estados de ánimos que también determinan el sentido. (Gallo Cadavid, 2009 p. 236)

Para complementar las dos ideas anteriores entre Blanco Vega y Gallo Cadavid, podemos decir que; el cuerpo conlleva un horizonte tanto existencial como de sentido, es el que abre la relación al mundo en una variedad de acontecimientos cargados de significación, el cuerpo expresa símbolos y éstos inician en el cuerpo.

> Es por la corporalidad como el hombre no sólo se abre al mundo para conferir significados, sino que también se abre a sí mismo, reconociéndose 'en' y 'con' su dimensión corpórea (hacia sí mismo); es capaz de entablar diálogo y relación con el otro…y se reconoce como un ser que se haya implicado en el mundo a través del cuerpo (hacia el mundo); por ello, el hombre es un ser-corporal-en-el-mundo que percibe de un modo peculiar a los otros y a las cosas (Gallo Cadavid, 2009, p. 234).

Acrobacia

Antes de abordar las definiciones de las habilidades acrobáticas y sus características, es preciso tener claridad sobre qué significa la palabra acrobacia, después se describirá la visión de la acrobacia en dos escenarios; el artístico y el educativo.

El origen etimológico de la palabra acrobacia es griego, conformado por las palabras *Akros* que significa alto y *Bata* que se puede traducir a caminar en puntas de pie. La acrobacia es una disciplina artística que integra diferentes habilidades como el equilibrio, agilidad y coordinación.

Otra idea que complementa esta definición es la que hace el profesor del Departamento de Artes Escénicas de la Universidad del Valle, Armando Collazos Vidal, al ver a la acrobacia como un conjunto de aspectos corporales:

> La acrobacia involucra aspectos que no solo corresponden al ámbito de lo corporal, algunos de ellos son intangibles, como la conciencia, la atención, la concentración, la visualización y la imaginación… De igual manera, también encierra aspectos que son tangibles, como la respiración, la relajación activa, entendida esta como la tensión justa que precede a la ejecución del movimiento, lo postural, el equilibrio, ejercicios bases para la coordinación, la disociación, estiramientos variados y el fortalecimiento de la estructura corporal (Collazos Vidal, 2014, p. 17).

Habilidades Acrobáticas

Como lo señalan los doctores Elisa Estapé[6], Manuel López Moya[7] e Ignacio Grande[8] (1999) las habilidades gimnásticas y acrobáticas son las habilidades específicas que compondrán los fundamentos y elementos técnicos de que se desarrollan en la gimnasia artística y en actividades recreo-deportivas, estas habilidades requieren de un alto componente de coordinación, potencia y elasticidad (Estapé Tous, López Moya, & Grande, 1999). Dentro de esta misma definición no solo se hace referencia al desarrollo técnico de estas actividades, sino que también contemplan elementos básicos de la expresión corporal que constituirá la forma de construir enlaces y desarrollar los ejercicios:

[6] Elisa Estapé. Doctora en ciencias de la actividad física y el deporte, profesora de la asignatura de fundamentos de gimnasia y especialidad deportiva en gimnasia artística femenina desde 1990, en la facultad de ciencias de la actividad física y el deporte, de la universidad de León.

[7] Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de León.

[8] Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor Titular Universidad Interino.

> No podemos entender por tanto las actividades que se encuadran en la gimnasia artística tan sólo como actividades acrobáticas; la propuesta quedaría incompleta al no tener en cuenta las actividades de carácter gimnástico que pertenecen al ámbito de la danza, la coreografía o de la rítmica. Este componente rítmico es el que permite que el enlace, encadenamiento o ejercicio, sea un conjunto armónico formado por habilidades tanto gimnásticas como acrobáticas (Estapé Tous, López Moya, & Grande, 1999, p. 20).

Complementando la idea anterior la profesora argentina Julieta Díaz[9] resalta que las habilidades acrobáticas se deben entender como una configuración de movimientos que facilite comprender de una manera más completa movimientos corporales de una forma sistemática permitiendo a la vez mejores aprendizajes motrices, generando una mejor relación con su propio cuerpo, los demás y su entorno (Díaz, 2011).

Clasificación de habilidades gimnásticas y acrobáticas.

Partiendo de la autora Elisa Estapé, se presenta la siguiente clasificación de habilidades gimnásticas y acrobáticas. Para su mayor comprensión y entendimiento, se diseñó unas fichas que explican, definiciones, descripciones de algunas de las habilidades trabajadas con el adolescente Óscar Felipe (**ver anexo 2. Fichas de habilidades acrobáticas**)

- Pre acrobacias:
  - ✓ Posiciones básicas individuales.
  - ✓ Habilidades acrobáticas con formas jugadas.
  - ✓ Figuras corporales y pirámides humanas.
- Grupo de elementos con apoyo de manos y sin fase de vuelo:
  - ✓ Volteos (adelante y atrás).
  - ✓ Equilibrio invertido.
  - ✓ Rueda lateral.
- Grupo de elementos con apoyo de manos y con fase de vuelo:
  - ✓ La Paloma.
  - ✓ El Flic-Flac.

[9] Profesora de licenciatura en educación física de la universidad nacional de la Plata (Argentina) Profesorado en educación Física.

- Grupo de elementos sin apoyo de manos y con fase de vuelo:
  - ✓ El mortal adelante.
  - ✓ El mortal atrás.
- Enlaces acrobáticos: de 2, 3 o más elementos de los distintos grupos (Estapé Tous, 2002, p. 27-30).

Acrobacia Como Recurso Artístico

En el libro "La acrobacia, un recurso para la formación corporal del artista escénico" de Armando Collazos Vidal (2014) La acrobacia es tomada como un elemento imprescindible en el desarrollo académico y profesional del artista escénico, siendo la acrobacia un detonante no sólo para ampliar los rangos de movimientos técnicos del artista sino un colaborador a su desarrollo tanto físico como mental: "El juego acrobático permite además superar bloqueos tanto físicos como psíquicos, convirtiéndose en una herramienta que genera autoconciencia, proporcionando de esta manera un contacto directo con el ser interior" (Collazos Vidal, 2014, p.14).

> La acrobacia se concibe aquí como una herramienta referente para el desarrollo de destrezas motoras, posibilitándole al estudiante-escénico contar con un repertorio de movimientos más amplio, teniendo en cuenta el desarrollo de las capacidades individuales y convirtiéndose en apoyo fundamental en el proceso de aprestamiento personal y estructuración profesional, como base del trabajo físico y mental al que debe acceder un profesional de las artes escénicas. El planteamiento de las secuencias considera un punto esencial relacionado con el enfrentar y vencer temores que puedan limitar el desarrollo corporal y afectar el resultado escénico, al mismo tiempo que potencia destrezas, garantizando sólidas bases en el proceso para la ejecución de dinámicas acrobáticas de mayor complejidad técnica (Collazos Vidal, 2014, p. 13).

Sin importar cuál fuera, expone Collazos, la dificultad de la realización acrobática, ésta aporta ciertas características de propiocepción y exterocepción, siempre y cuando se realicen con dedicación, entendida como una disciplina para la formación del ser "cada uno de ellos le

proporciona la capacidad de convertirse en un ser más móvil, más flexible, más sensitivo y, por ende, más expresivo" (Collazos Vidal, 2014, p. 14).

Dentro de este proceso de formación para el artística, la adquisición de herramientas físicas no sólo se queda como un cúmulo de aprendizajes estáticos, sino que estos aprendizajes son puestos a disposición para el desarrollo creativo del artista en formación:

> En el principio de toda expresión a través del movimiento se involucran dos procesos que residen, por una parte, en el dominio de las coordinaciones de base o automatismos motores adquiridos y, por otra, en la organización plástica del material corporal que teje las líneas de fuerza de todo movimiento, permaneciendo en estrecha relación. Lo primero hace referencia al entrenamiento físico a través de la técnica misma y lo segundo, a la expresión corporal (Collazos Vidal, 2014, p. 14).

Aunque Collazos en este libro hable únicamente de los aportes de la acrobacia al artista escénico en formación se mencionará una idea relevante, que sirve para el trabajo con Óscar Felipe dentro del laboratorio taller, y no sólo en este caso particular sino, que le permite a cualquier tipo de persona que tenga cercanía con esta práctica corporal; y es que a través de la acrobacia se pueden construir diferentes perspectivas de ver y asumir la vida, cosa que podría verse reflejada en el desarrollo de esta investigación:

> Es importante enfatizar en el hecho de que la acrobacia, como forma de preparación corporal para el artista escénico, no debe ser un fin, sino un medio que le permita sentir, vivir y transformar su cuerpo y su espíritu, tanto para su oficio como para su vida personal, adecuando puntos de vista más flexibles y apoyos que le permitan transformarse con solidez en el devenir evolutivo. En la misma dirección, la cantidad de posiciones invertidas que contempla la acrobacia presenta otra realidad al revelar el mundo al revés, aportando una nueva perspectiva de la vida a la cual deberá adaptarse de forma continua; aplicable igualmente a situaciones escénicas (Collazos Vidal, 2014, p. 15).

La acrobacia como recurso educativo

Los profesores Argentinos Marcelo Husson[10] (2008), Julieta Díaz (2018) y el doctor español Rafael Yus Ramos[11] (2001) hacen varias descripciones de cuáles han sido las formas más relevantes al abordar la educación física y por supuesto las habilidades acrobáticas y gimnásticas en los centros educativos; resaltando una visión incompleta, o centrada en sólo algunos elementos. Problemáticas que resuenan en las formas de abordar estas prácticas corporales por diferentes disciplinas, incluyendo la educación artística, algunas miradas son; ver los conocimientos generados desde el cuerpo y con el cuerpo en un segundo plano, en donde priman los conocimientos devenidos de las ciencias duras, reflejadas en un rango menor de horas, vista como una materia de segundo orden:

> (…) el escaso énfasis que se da a las destrezas corporales, tímidamente insinuadas, en calidad de materia de segundo orden, a través de disciplinas mal enfocadas como la Gimnasia, hoy día reconducida hacia una Educación Física, pero concediéndosele un tiempo muy inferior al que se concede a otras materias consideradas como "más básicas" (Yus Ramos, 2001, p. 125).

Adicional del problema exterior de estas prácticas, vale la pena hablar de los puntos de quiebre que tienen sus relaciones didácticas internas, estas prácticas se han entendido como una forma de calentamiento, castigo, y en algunas ocasiones enfocada únicamente al desarrollo de capacidades motoras, en donde el placer de moverse y la alegría al llevar adelante una clase de gimnasia, se ha perdido, debido a la repetición de movimientos vinculados a la rigurosidad, esfuerzo, trabajo, lejos del disfrute, de la creatividad y del juego (Díaz, 2011). Marcelo Husson destaca que la educación física ha sido una práctica que marcaba el acento en el aprendizaje, no en la enseñanza, generando prácticas educativas centradas en el contenido y no en el sujeto y en sus necesidades (2008).

[10] Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación
[11] Doctorado en Ciencias Biológicas Facultad de Ciencias (Sección Biológicas) Universidad de Granada

Orientaciones Pedagógicas

Otra Alternativa De Comprender El Cuerpo En La Educación Corporal

En la sociedad contemporánea actual existe una separación entre cuerpo, razón y lo sensible, generando una cultura que recae únicamente en el imaginario del cuerpo como ideal de belleza y salud. “la imagen que tenemos de nuestro cuerpo es el resultado de la interacción entre nuestra percepción personal y la imagen social, es decir, la suma de imágenes corporales de otras personas de nuestro entorno” (Yus Ramos, 2001, p. 141). Dejando de lado la importancia de las conductas prosociales y lo sensible del ser (las formas de interacción, el comportamiento, el respeto por sí mismo, hacia los demás y sus relaciones sensibles) por esta razón es necesario generar visiones más completas concernientes al cuerpo, que permitan generar diálogos entre lo físico, lo psicológico y lo afectivo, permitiendo tener una visión de cuerpo mucho más armónica. Algunas ideas sobre cuerpo que nos ayudan a comprender mejor la idea de cómo debería verse, comprenderse y trabajar desde los ámbitos educativos el cuerpo, las encontramos en los siguientes planteamientos:

Hablar sobre el cuerpo es otra mirada de formación que contribuye al desarrollo integral de los individuos. En el que se contempla un proceso vital para conferir sentido a las relaciones del hombre con el mundo. Abordajes desde los cuerpos vividos, la experiencia corporal, la vivencia del cuerpo, la percepción, la narrativa corporal, las relaciones educación-cuerpo, sentido e imagen, miradas que permiten reconocer a las personas como seres en potencia, capaces de hacer de sí algo que en principio no son y constituir modos del ser (Gallo Cadavid, 2009)

> Nos referimos a la Educación Corporal *(Leibeserziehung)* porque consideramos que es posible desde la antropología-fenomenológica decir que el ser humano se descubre, se hace, se ocupa de sí incluido en el mundo como un ser encarnado, que se piensa corporalmente y que no se trata de disolver al ser humano en partes (Gallo Cadavid, 2009 p.239).

> Nuestro cuerpo no sólo es un soporte que refleja las emociones y sentimientos en nuestra comunicación con el exterior, sino que es una auténtica comunicación en sí mismo. El miedo a los demás, la falta de autoestima y de aceptación de nuestro cuerpo pueden bloquear esta comunicación hasta hacerla impenetrable …Actos tan aparentemente neutros como el tocarse las manos, los hombros, la cabeza, etc., son vistos como invasiones a la intimidad por una cultura que restringe esta necesidad de contacto físico y afecto social a la esfera única de la intimidad …Los ejercicios destinados al autoconocimiento, la autoestima y expresión de la corporalidad consisten básicamente en mejorar la comunicación interpersonal, la desinhibición o desrepresión social, a través del juego, la danza y otras actividades que desarrollan la tolerancia estima mutua con relación a los cuerpos (Yus Ramos, 2001, p.142).

Como indican Salas y Serrano (1998), para desarrollar un cuerpo expresivo se requiere un aprendizaje mediante la comunicación desde la armonía interior, valorando a las demás personas. "La tesis es que a través de la *introversión* (diálogo consigo mismo para el autoconocimiento y autoaceptación del propio cuerpo) se alcanza la *extroversión* (expresión corporal de opiniones y emociones propias" (Salas y Serrano, (1998) citados en Yus Ramos, 2001, p.142).

Orientaciones Para La Enseñanza De Habilidades Acrobáticas

Según las investigaciones de los autores referenciados anteriormente (Husson, Díaz, Estapé), las habilidades acrobáticas deben obedecer a unas necesidades específicas del aula. Algunas de las orientaciones que se deben tener en espacios educativos de esta práctica corporal son:

- Comprender a la gimnasia como una práctica cultural del cuerpo, que se origina en la cultura misma, que intenta resolver problemas corporales al ser reconocida socialmente y se favorece en el aprovechamiento social de la experiencia humana.

  El alumno se relaciona con un aspecto de la cultura de lo corporal a partir de la observación, la experimentación y la práctica (recordemos el compromiso de la

gimnasia con los aprendizajes relacionados con el cuerpo, la postura, las destrezas y habilidades y el aprendizaje del uso de las capacidades orgánicas y musculares (Husson, 2008, p.6).

- Como lo menciona Estapé (1999) las habilidades gimnásticas y acrobáticas pueden resultar un recurso educativo muy enriquecedor. Para ello, se debe adaptar el trabajo para que pueda ser realizado por todos los estudiantes en función de sus distintos niveles de capacidad, respondiendo de esta manera a una enseñanza individualizada y no discriminatoria, en la que las ayudas y el trabajo en equipo resulta ser fundamental para que los objetivos educativos que se proponen con este trabajo se alcancen, desarrollando en los estudiantes una serie de capacidades que mediante otro tipo de contenidos serían muy difíciles de alcanzar (Estapé Tous, López Moya, & Grande, 1999).
- Al momento de enseñar la gimnasia, es relevante analizar y seleccionar diferentes tipos de habilidades acrobáticas, que resalten las necesidades e intereses propios de los alumnos, según la intencionalidad del profesor, logrando que la enseñanza de estas habilidades sea significativa para los estudiantes. Teniendo en cuenta que las respuestas de los alumnos no serán todas iguales y cada uno tiene tiempos de aprendizaje distinto (Husson, La gimnasia como contenido educativo. Su didáctica, 2008).
- La enseñanza de habilidades acrobáticas no debe ser practicada como un fin sino como un medio o instrumento de formación para el alumno. Los ejercicios de enseñanza deben ser numerosos, diversificados y poco articulados. El objetivo no debe ser conseguir la realización de un número de movimientos definidos o enlaces diferentes, sino más bien debe tender hacía la búsqueda de un dominio, de la disponibilidad del alumno en un medio muy rico en cuanto a posibilidades (Bridoux (1992) citado en Estapé Tous, López Moya, & Grande, 1999 p. 25).
- Favorecer el traslado de estos aprendizajes a situaciones de la vida diaria. Revalorizar el juego como categoría vital para el hombre. Llevar a cabo propuestas donde la participación personal y el intercambio entre los participantes sean permanentes,

destacando a la alegría como un móvil esencial en el aprendizaje de los movimientos (Mariano Giraldes (2001) citado en Díaz (2011) p.2)

La riqueza de estas actividades posibilita que los estudiantes se realicen en diversos aspectos, por medio de estas actividades los estudiantes podrán:

- Cooperar con los compañeros a la hora de practicar las diferentes habilidades. Ayudarse y ser ayudados en la realización de las diferentes tareas motrices con el fin de contribuir al éxito de los compañeros, de dar confianza, de elevar el nivel de colaboración del grupo, etc.
- Organizar sus propios minicircuitos para trabajar las diversas habilidades.
- Respetar las medidas de seguridad.
- Crear sus propios enlaces acrobáticos.
- Adoptar una actitud crítica ante cualquier tipo de manifestación discriminatoria que pueda surgir en este tipo de prácticas por razones de sexo, raza, capacidad, etc. (Navarro Garcia, 2009, p.10).

Para Estapé (1999)

- El niño podrá mostrar un enlace o encadenamiento de mayor o menor dificultad formado por varias tareas motrices.
- Tendrán la posibilidad de evaluar la actividad gimnástica y acrobática en el papel de observador.
- Aprenderán a organizar: colocar el material, responsabilizarse, etc.
- Que valore las situaciones de riesgo, que busque hacer las tareas cada vez más difíciles.
- El niño a través de esta actividad va a buscar situaciones nuevas, es decir, otras posibilidades de actuación y solucionar las situaciones motrices de otra forma...es el

> intentar crear o hacer algo original (Estapé Tous, López Moya, & Grande, 1999, p. 24).

El objetivo principal de incorporar la enseñanza de las habilidades acrobáticas en los centros educativos debería estar enfocado en "construir una relación inteligente con el propio cuerpo en la acción, todo esto para contribuir con la disponibilidad corporal, es decir, con la disposición a actuar corporalmente en situaciones diversas y cambiantes" (Crisorio y Giles (1999) Citados en Díaz, 2011, p. 4).

Parte II. Revisiones complementarias para abordar una práctica corporal

Aunque parezca un poco alejado del tema que se trató en la primera parte de este capítulo sobre las referencias teóricas, es importante complementar la idea que sustenta este estudio de caso sobre, investigar, diseñar, ejecutar y analizar las formas de abordar la enseñanza de una práctica corporal, con miras a que sea vista como medio de transformación corporal y social. La visión de desarrollo humano puede servir como puerta de entrada para revisar esta acción educativa, porque pretende poner en el centro de la discusión las necesidades humanas.

Perspectiva Integral-Holística

A pesar de que las ideas sobre educación holística hayan surgido a principios del siglo XVIII, en el seno de las ideas románticas, y de la revolución francesa, podemos decir que recientemente cobra más significado y pertinencia considerándose como un nuevo paradigma educativo (Yus Ramos, 2001 p.21).

"El punto de partida de los educadores holistas actuales, es la convicción de la existencia de una fragmentación de todas las esferas de la vida humana" (Yus Ramos, 2001, p.21).

Desde la revolución industrial y el surgimiento de la modernidad se ha fomentado la vida humana en compartimentos y estándares, arrojando una vida fragmentada.

Yus recoge los planteamientos de J. Miller (1996) para hablar de los aspectos de dicha fragmentación, dominada por el pensamiento analítico cartesiano que caracteriza a la cultura del mundo occidental:

> Vida económica: la fragmentación en la economía ha dado como resultado la devastación ecológica (…) debido a que nos vemos a nosotros mismos como separados del proceso orgánico que nos rodea; Vida social: los procesos de industrialización en las grandes ciudades han hecho que las personas se sientan solas y temerosas, sumado al incremento de la violencia en la vida urbana, naturalizándola y aceptándola, generando que las personas se sienten desconectadas de los demás y separadas de la posibilidad de crear comunidad. Vida personal: la sociedad actual ha generado una profunda desconexión entre cuerpos y corazones, siendo la educación una de las mayores implicadas, debido a los objetivos que tiene para la industria, formar individuos capaces, cualificados, productivos, etc. Haciendo que sean más relevantes unos conocimientos que otros, (Números, leyes universales, ganancias, etc.) generando resultados cuantificables y descuidando otros aspectos que giran en torno a lo sensible o cualitativo del ser. Vida Cultural: esta fragmentación deviene de una cultura del consumo que impone un estilo de vida, sustentado en la acumulación y el confort individual que, hace difícil tratar intereses sociales y humanos (Yus Ramos, 2001, p.22).

Como señala Yus, precisamente, frente a esta fragmentación, la educación holística pretende restablecer las conexiones en todas las esferas de la vida (2001).

El centro de atención holística está en todo tipo de relaciones donde el estudiante las examina: "relaciones entre pensamiento lineal e intuición; entre mente y cuerpo; entre dominios de conocimiento" (Yus Ramos, 2001, p.23)*;* las dos últimas relaciones que cobran una relevancia mayor para esta investigación son las **relaciones *entre el yo y la comunidad****;*

> un currículum holístico ve al estudiante en relación con la comunidad (tanto la escolar como la del vecindario o la ciudad, la de la propia nación, o incluso la planetaria). El estudiante desarrolla destrezas interpersonales, destrezas de servicio comunitario y destrezas de acción

> social. **Relaciones entre el yo y Yo**: un currículum holístico nos lleva a conectar con la parte más profunda de nosotros mismos que llamamos Yo (yo superior, superconsciente, etc.). Un vehículo son las artes o las mitologías que abordan los intereses universales de los seres humanos (Yus Ramos, 2001 ,p. 24).

En el currículo holístico, el estudiante examina estas relaciones de forma que obtiene una conciencia de ellas, así como las destrezas necesarias para transformar las relaciones donde sea necesario (Yus Ramos, 2001 , p. 24).

Definición de educación Holística

El término de Educación Holística fue propuesto por el estadounidense R. Miller (1997), para señalar que la personalidad global de cada niño debe ser considerada en la educación. Teniendo en cuenta todas las facetas de experiencia humana: “no sólo aspectos que tengan que ver con lo racional, la vocación y la ciudadanía, sino también los aspectos físicos, emocionales, sociales, estéticos, creativos, intuitivos y espirituales innatos de la naturaleza del ser humano" (Yus Ramos, 2001, p. 25).

El estudiante es visto como una persona global con cuerpo, mente, emociones y espíritu, por esta razón las relaciones de enseñanza aprendizaje deben procurar una conexión entre lo enseñado, a lo que corresponde a contenidos y temas “El aprendizaje holístico también busca un equilibrio dinámico en la situación de aprendizaje entre elementos tales como el contenido y los procesos, el aprendizaje y la evaluación, y el pensamiento analítico y el creativo” (Yus Ramos, 2001, p.26).

Desarrollo psicosocial

Desde la década de los sesenta, aparece en la psicología del desarrollo, este término para definir el proceso a través del cual las personas modifican aspectos emocionales, sociales y morales, y en la relación con otros. Debido a estar inmerso dentro de un contexto social e histórico determinado, sujeto a las influencias de la familia (a lo que respecta biológicamente -herencia- y como constructo cultural), la comunidad y la sociedad.

Diane Papalia[12] y demás colaboradoras del libro de desarrollo humano (2010) contribuyen a este sustento teórico, por la relación que destacan entre el desarrollo psicosocial y la interacción social, en el que el desarrollo humano está sujeto a las relaciones con los otros:

> Así, entonces, se dice que este desarrollo (psicosocial) implica el conocimiento y la interpretación que el sujeto hace del medio que lo rodea (incluida la lectura y significación de las emociones y conductas propias y ajenas), a fin de construir mejores relaciones con terceros. Un proceso que se va complejizando en la medida que el sujeto se involucra en relaciones de mayor diversidad y proceso interpretativo que, además, requiere un mayor conocimiento y uso de las normas o acuerdos sociales para actuar en concordancia con lo pactado colectivamente (Duskin Feldman, Papalia, & Wendoks Olds, 2009)
>
> Teniendo en cuenta lo anterior podemos decir que este aspecto socioafectivo es un proceso dinámico, evolutivo, de acuerdo con el enriquecimiento de su experiencia, edad y oportunidades de interacción con los demás; en donde a su vez, la emoción, las relaciones sociales y la acción moral coinciden y se relacionan para generar actitudes y comportamientos (Duskin Feldman, Papalia, & Wendoks Olds, 2009).

Conductas Prosociales

La conducta prosocial se define como "una conducta voluntaria dirigida a beneficiar a otros. Es decir, constituye un comportamiento que facilita las interacciones positivas con los otros; incluyendo la ayuda, el compartir, la colaboración y/o el apoyo a las demás personas" (Rodríguez, 2016).

Las conductas prosociales desempeña un papel fundamental en la formación de relaciones interpersonales positivas, reparando en el bienestar personal y social. Estos serían, por ejemplo: la capacidad de puntos de vista, la preocupación por el otro y la capacidad para compartir sentimientos (Rodríguez, 2016)

[12] Psicóloga estadunidense, especialista en el desarrollo cognitivo, sobre todo del desarrollo infantil.

Algunas conductas que están relacionadas con características prosociales el presente estudio de caso son:

Liderazgo

El desarrollo territorial y social, es un proceso impulsado por las decisiones y acciones de actores locales y públicos, donde el rol del líder es esencial para iniciar, impulsar, gestionar y coordinar los cambios y las cohesiones.

Aproximándonos a un concepto, Antonio Bolívar se refiere a este término como una forma singular de influenciar e inducir a otros a transcender voluntariamente sus creencias, pensamientos, sentimientos y acciones en función de un objetivo común (Bolívar , 1997).

El liderazgo en el desarrollo integral de una persona, conduce a la formación de capacidades y potencialidades para el logro de metas individuales y colectivas. En adolescentes, el liderazgo se revela como una habilidad que posibilita el desarrollo integral del potencial de la persona, sino que se convierte en una forma de promover y consolidar cambios entre adolescentes y jóvenes (Gíménez, Vázquez, & Hervás, 2010).

La adolescencia, a pesar de ser un período de la vida conflictivo y traumático (Gíménez, Vázquez, & Hervás, 2010), es una etapa clave para el desarrollo de habilidades sociales como el liderazgo, que influencian positivamente en la vida adulta según lo afirman Contini De González , Lacunza, & Esterkind De Chein, (2013). Los cambios físicos y psicológicos en esta etapa de la vida, implican una modificación de la forma en la que el joven se percibe a sí mismo y a los demás, igualmente impulsa al joven a tomar sus propias decisiones sobre cómo pensar sentir y actuar. Fortalecer el liderazgo en los jóvenes, es dotarlo de capacidades de reflexión, comunicación, gestión, organización y negociación, para abordar una problemática y lograr el bienestar propio y de la comunidad.

Acompañar y guiar a los jóvenes en la adolescencia y guiarlos a fortalecer el liderazgo como una competencia, es dotarlo de capacidades de reflexión, comunicación, gestión, organización y negociación, para abordar una problemática y lograr el bienestar propio y de la comunidad

Enfoques socializadores

Los individuos, por medio de un proceso de socialización informal y por las instituciones (familia, escuela), incorporan los valores del sistema social. Se asumen las normas culturales o sociales en un proceso de internalización y adaptación los modelos del medio social, donde priman factores afectivos, más que cognitivos. El individuo llega a ser tal (miembro social) porque ha interiorizado las normas y actitudes comunes de la sociedad o de un grupo social determinado, Una vez correctamente socializado, debe ser capaz de actuar autónomamente, al tiempo que se adecua a las normas sociales establecidas (Yus Ramos, 2001).

Carácter

La educación del carácter pretende ayudar a los estudiantes a desarrollar una buena actitud, lo que implica conocer, atender y actuar sobre un núcleo de valores éticos tales como atención, honestidad, imparcialidad, justicia, responsabilidad, y respeto a sí mismo y a los demás. El fundamento de la educación del carácter está en la afirmación de que el mantenimiento de la democracia depende de que las personas se respeten unas a otras, en el civismo y en la ética personal (Yus Ramos, 2001).

una serie de valores positivos y actuar desde ellos para llegar a ser ciudadanos responsables

Autonomía.

El ser no se limita a asimilar las normas, actitudes y valores que le imponen los adultos; las va construyendo participando en el mundo social. Pensar por sí mismo (capacidad de liberar, juzgar y elegir) no es posible si, previamente, no se han asumido las normas y valores convencionalmente establecidos (Yus Ramos, 2001).

El ser humano es obra de sí mismo, el hombre es un ser formable,
capacitado y necesitado de educación y es gracias a ello que tiene la capacidad de formarse,
es un artista de sí que puede hacer-se,
y que sea obra de sí, quiere decir que se ocupa de sí,
que tiene que referirse a sí mismo como alguien,
auto-conocerse y este se constituye en un pilar fundamental de la formación humana

(Gallo Cadavid, 2009)

Capítulo 2.

Marco Metodológico. Saltando Por La Vida. Indagaciones desde el cuerpo y la acrobacia.

Dispositivo Del Estudio Caso

Definición de estudio de caso

El estudio de caso es una herramienta de investigación y una técnica de aprendizaje que puede ser aplicado en cualquier área de conocimiento. El objetivo fundamental de los estudios de caso es conocer y comprender la particularidad de una situación para distinguir cómo funcionan las partes y las relaciones con el todo.

Fases

Los estudios de caso se centran en las siguientes fases, A continuación, se describirá las fases que tiene el estudio de caso y se expondrá cómo éstas se evidencian en esta investigación:

Saltando por la vida

Selección y definición Las razones por lo cual se seleccionó a Óscar como el estudio de caso, fueron dos, el primero, su interés por realizar una práctica acrobática, ya que se consideró que le intereso el proceso de formación en habilidades acrobáticas que se brinda en el espacio del polideportivo de Molinos II dirigido por jóvenes pertenecientes al colectivo juvenil Opalas, incluyendo al docente investigador, y el segundo motivo fue por su aislamiento, ya que no tenía muchas relaciones con los demás chicos

Lista de preguntas ¿Cómo las habilidades acrobáticas aportan al desarrollo humano del joven Óscar Felipe?

¿Qué implicaciones tiene enseñar este tipo de prácticas corporales a los jóvenes?

¿Cómo determinar que aportes socioafectivos van sucediendo en el desarrollo del laboratorio taller?

Localización de la fuente de los datos

Observación: Proceso del laboratorio taller (Físico, Social, Afectivo)

*Entrevistas***:** familia, amigos, el propio objeto de estudio

C*ruce de informa*ción

Análisis e interpretación

Elaboración de un informe:

describe los procesos, detalles, conclusiones del caso. Los estudios de caso en proyectos de investigación suelen seguir la estructura de un protocolo de investigación. (Ver capítulo 3)

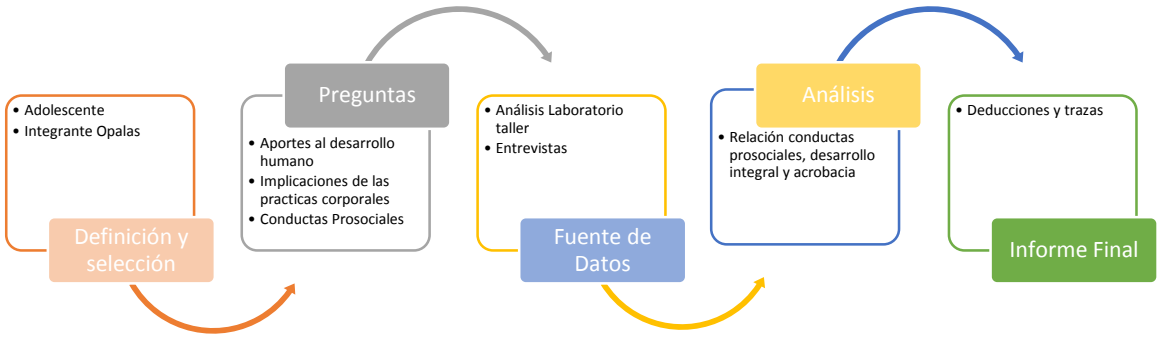


Figura 3 Fases del laboratorio Saltando por la vida (elaboración propia)

Laboratorio Taller

Es un dispositivo pedagógico que permite la experimentación docente en cuanto a la enseñanza de contenidos, estrategias y herramientas pedagógicas, que permitan analizar el proceso de enseñanza a la vez que va sucediendo dicho proceso, en un espacio concreto de

formación, construyendo una atmosfera de exploración tanto para el profesor como para sus participantes (estudiantes)

El laboratorio taller comprendió de dos herramientas:

- La enseñanza de habilidades acrobáticas
- La formación humana, a medida que transitaban las clases; conversaciones sobre la situación individual y contextual del joven Óscar Felipe.

Las sesiones contaron con el apoyo de herramientas para la recolección de información, videos, fotografías y apuntes, a manera de observables de lo sucedido en las sesiones

Con ello se esperaba poner en contacto a Óscar Felipe con acercamiento técnico que sirve a una disciplina artística y a la realidad que vive.

Los contenidos de este laboratorio surgen de la exploración de la formación artística y acrobática propia que se ha tenido, apoyada en los referentes teóricos y metodológicos.

Metodología:

Orientaciones

De acuerdo con las intenciones de enseñar estas habilidades acrobáticas, para la realización del laboratorio taller se contempló dos tipos de interacción:

Interacción de tipo técnico: en donde se comunica y se presentan los contenidos técnicos de las habilidades acrobáticas. Teniendo en cuenta dos factores; la Información Inicial y el Conocimiento de los Resultados. Por medio de instrucciones o indagaciones propias.

Interacción de tipo socioafectivo: hace referencia a las relaciones interpersonales, tanto del profesor con los alumnos como entre los propios alumnos.

Pilares básicos de una intervención educativa

Para la realización del laboratorio taller se tuvo en cuenta algunos principios de aprendizaje, relacionados con las intervenciones educativas, estos principios fueron:

Partir de la situación del alumno: Aquí es necesario partir del nivel de desarrollo real del alumno y de sus conocimientos previos.

Facilitar la construcción de Aprendizajes Significativos: el aprendizaje significativo permite a los alumnos establecer relaciones entre los conocimientos previos y los nuevos aprendizajes.

Plantear el aprendizaje como modificación de los esquemas de conocimiento: esto comprende la modificación de la estructura cognitiva para iniciar un nuevo aprendizaje.

Posibilitar aprender a aprender: facilitar que los alumnos realicen aprendizajes por sí solos.

De acuerdo con los planteamientos anteriores, dentro del laboratorio taller se pueden visibilizar unos roles pertinentes para la intervención educativa:

El alumno como centro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

El profesor como mediador del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Propiciar la interacción en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Técnica de enseñanza laboratorio taller "saltando por la vida"

Las técnicas de enseñanza utilizadas dentro del laboratorio taller fueron las de **el paso a paso**; estrategia a través de educativos o propedéuticos que permitieron facilitar la comprensión global de las habilidades acrobáticas y la que hace referencia a la **Instrucción Directa** (el profesor le proporciona al alumno una información directa sobre la solución del problema, concretándole su ejecución (Navarro Garcia, 2009)) a la hora de trabajar las habilidades acrobáticas, ya que se trata de habilidades en las cuales la ejecución técnica correcta será fundamental, aunque, como el tema de este estudio de caso es ver la relación entre los aportes de estas habilidades a las conductas prosociales del joven Óscar Felipe, por lo tanto, no se centró en el producto final, sino que se prestó una mayor atención al proceso en el cual Óscar adquiriera estas habilidades y, por lo tanto, se buscara que, a través de otro tipo de complementos, se fomentara su decisión, su socialización, compromiso, disciplina y su comprensión cognitiva; esto último hace referencia a que también se diera importancia (tanto para él como para el profesor) a la comprensión de los

mecanismos que rigen dichas habilidades y no sólo a la ejecución correcta de las habilidades acrobáticas.

En resumen, para enseñar las habilidades acrobáticas se utilizó fundamentalmente el estilo de enseñanza reproductivo tradicional, destacando la asignación de tareas principalmente, ya que, se trata de tareas de dificultad en la ejecución, en las cuales lo fundamental es el aprendizaje del gesto técnico. Según Navarro (2009), para el aprendizaje de los gestos técnicos los estilos de enseñanza que más se adecuan son los estilos anteriormente mencionados, en los cuales se utiliza una técnica de enseñanza por instrucción directa, para que el alumno aprenda de forma correcta la ejecución de los gestos técnicos de cada una de las habilidades acrobáticas que se trabajen.

Sesiones

Se realizaron doce (12) sesiones en las cuales se pudo analizar, fortalecer y desarrollar diferentes capacidades a través de las habilidades acrobáticas y cómo estas influían en el desarrollo prosocial y motriz del Joven Óscar Felipe Prada Correa.

En cada sesión del laboratorio taller se trabajaron diferentes habilidades pre acrobáticas, acrobáticas básicas y complejas relacionadas con el trabajo de piso y minitramp para una mejor comprensión corporal por medio de estas técnicas.

Cada sesión se desarrolló a través de diferentes momentos que fueron:

Calentamiento; consiste en transitar de un estado de reposo a un estado activo, donde se prepara el cuerpo por medio de movimiento articular, ejercicios cardiovasculares y disposición mental.

Acondicionamiento físico especifico; Es el desarrollo de las cualidades físicas básicas como velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad, generando un fortalecimiento muscular adecuado para estas prácticas.

Trabajo técnico; es el momento específico para la enseñanza de los gestos técnicos de las diferentes habilidades acrobáticas básicas y complejas enfocados en la técnica acrobática

Enfriamiento; Son los ejercicios realizados para reducir progresivamente la intensidad del esfuerzo físico realizado en cada sesión, esta fase contempla ejercicios de estiramientos y relajación muscular. Esta última fase permitió un espacio de reflexión tanto corporal, personal y social, en donde Óscar Felipe compartía dichas experiencias.

Tareas motrices para la casa

Algunos de los ejercicios o tareas que quedaron como pendientes durante las sesiones fueron las paradas de manos o pinos, ejercicios propedéuticos, o posturales y estiramientos del tren superior e inferior.

Planeaciones

Las planeaciones de las sesiones estuvieron enfocadas al cuidado del cuerpo y la necesidad de realizar ejercicios preparatorios que permitieran la comprensión de algunos elementos más complejos, permitiendo una progresión en los contenidos, iniciando por la enseñanza de habilidades pre acrobáticas, seguido de las habilidades acrobáticas, y por último una exploración de enlaces en grupo y en parejas, con el objetivo de evidenciar lo aprendido, y experimentar nuevos movimientos corporales. (ver anexo 3)

Para tener una claridad sobre definición y descripción de estas habilidades (ver anexo 2)

Tabla 1 Planeación de progresión de habilidades acrobáticas

Sesiones	Contenidos de Habilidades acrobáticas
1	Habilidades pre- acrobáticas: rollos adelante, atrás, laterales, cuartas y quintas.
2	Habilidades acrobáticas: pescado, paloma a un pie, a dos y tigre.
3	Habilidades acrobáticas: parada de manos o pino(2), kippie de nuca y kippie de cabeza.
4	Habilidades acrobáticas: rollo adelante, atrás, laterales cuarta y quinta.
5	Habilidades acrobáticas: pescado, paloma a un pie, a dos y tigre.
6	Parada de manos o pino(2), kippie de nuca y kippie de cabeza.

7	Habilidades acrobáticas: take offf, rondada, , media luna a la derecha, media luna a la izquierda, rueda libre y flic flac.
8	Habilidades acrobáticas: salto mortal adelante asistido (2), salto mortal atrás asistido (2), salto mortal lateral asistido a la derecha y salto mortal lateral asistido a la izquierda.
9	Habilidades acrobáticas: Take offf, Rondada, media luna a la derecha, media luna a la izquierda, rueda libre y flic flac.
10	Habilidades acrobáticas complejas: saltos mortales asistidos
11	Habilidades acrobáticas: exploración de movimiento en las figuras acrobáticas básicas
12	Trabajo grupal

Habilidades acrobáticas desarrolladas en cada sesión (elaboración propia)

Observables (físico, social y afectivo)

Durante la ejecución de cada sesión se pudo observar diferentes aspectos que se iban incorporando en el comportamiento de Óscar y cómo se iban aplicando a su cotidianidad, todo esto en cuanto a las conductas prosociales, habilidades corporales obtenidas, y su desarrollo físico, en donde era necesario estar en un proceso disciplinado y responsable para que obtuviéramos un resultado más contundente.

Algunos de los resultados fueron: (Para ampliar esta información ver anexo 3)

Sesión 1: al desarrollar las habilidades acrobáticas, se ve que Óscar está muy interesado en ejecutar cada movimiento, pero se alcanza a desconcentrar, generando que olvide algunas cosas básicas como las puntas de pies, y la ubicación de las manos, también puedo observar que faltan algunas condiciones físicas como lo es el fortalecimiento del centro[13], ya que al desarrollar algunas condiciones le facilitará comprender mejor su cuerpo y ejecutar de una mejor forma las figuras acrobáticas.

[13] Puede definirse como un punto donde se resume todo el peso de un cuerpo (cualquier objeto). Ese punto que representa el eje del peso del cuerpo u objeto, a su vez es el punto donde todas las partes se equilibran. Además, en el cual todo el peso corporal se concentra y donde todos los planos del cuerpo se interceptan unos a otros. (Acuña, 2016)

En cuanto a lo actitudinal, se ve que es un chico muy aplicado, y que ha sido un proceso que le interesa, realizando tareas en el hogar que le son solicitados por sus familiares antes de venir al espacio para poder desarrollar estos talleres.

sesión 2 (…) Se puede observar que tiene algo de desconfianza en sí mismo, pero con el trabajo se va dando cuenta de que tiene las capacidades para hacer lo que quiere. Algunos elementos como la rueda libre le ayudan a fortalecerse dando cuenta de que es un chico aplicado y por medio de la disciplina puede lograr lo que quiera

Sesión 3 (…) Óscar intenta realizar algunos ejercicios por medio de solo la fuerza, generando algunas dificultades, y haciendo que se impaciente por hacer las figuras, pero con la práctica y la técnica, lo está logrando, además puedo decir que está fortaleciendo actitudes que le servirán para su vida, como ser un poco más tolerante y paciente ya que todo siempre debe ser un proceso. También le es un poco difícil comprender su cuerpo sin observarlo, esto lo pude evidenciar, en el momento de ejecutar la parada de manos por agrupe, ya que perdía un poco la orientación y era necesario que viera sus piernas, para poderlas ubicar.

Sesión 4 El uso del minitramp ha generado confianza en la ejecución de cada figura demostrando las habilidades y fortalezas que tiene, y ha aumentado su confianza y su gusto por practicar la acrobacia. Me parece de gran importancia mencionar que un chico de los que frecuentan los espacios en donde se desarrollan actividades artísticas circenses en Opalas, llego y quiso participar en el taller, Óscar no tuvo ningún problema en compartir algunos de los conocimientos que ya había aprendido, y luego de que el chico realizara el calentamiento, comenzó a corregir algunos movimientos que percibía que estaba ejecutando mal, compartiendo el nuevo conocimiento que había adquirido, y de esta forma podía observar que se iba construyendo un ser que le interesaba que las demás personas obtuvieran el conocimiento sin ningún recelo.

Sesión 5: puedo observar una gran mejoría en la ejecución de los pescados y que ya está despegando de los empujes, generando una mejor disociación entre pateos y empuje en cada ejecución. Tuvimos que aplazar algunos talleres por una salida familiar, su madre, le pidió que

pospusiera las sesiones, esta salida duró 15 días lo cual afecto un poco el desarrollo del laboratorio taller, pero luego se continuo con normalidad. En la habilidad acrobática tigre se ha dificultado el entendimiento del elemento, ya que es un ejercicio sobre mantener una postura y utilizar el cuerpo en su totalidad como una palanca, por tal razón es difícil de comprender.

Se ha aumentado su gusto por la acrobacia, tanto que me ha mencionado que quiere ir a la liga de gimnasia, para practicar allí, pero que su padre le dará el dinero en el mes de enero para empezar sus prácticas. En cuanto a su desarrollo prosocial, se puede observar un gusto por enseñar a las demás personas las cosas nuevas que va aprendiendo, no solamente en lo que se refiere a la acrobacia, sino que genera reflexiones desde sus puntos de vista.

Sesión 6 (…) Ha sido un chico muy puntual para llegar a las sesiones, pero tuvo un inconveniente al llegar ya que su mamá no lo dejo salir sin antes almorzar, me parece muy bien ya que para estas prácticas se deben realizar con mente cuerpo y sentimiento en un estado óptimo, pero supongo que es normal que ocurra este tipo de inconvenientes, ya que no es por culpa de él.

Sesión 7 En cuanto a la técnica el Take off se ha mejorado un montón por la práctica permanente, no solo en estas sesiones, sino en los espacios de formación de Opalas, se ha mejorado el trabajo de la línea y las ruedas han mejorado técnica y estéticamente. Nuevamente se acercó el mismo chico para recibir el taller y Óscar reflejaba una gran alegría al explicar lo que había aprendido.

Sesión 8 El trabajo con una persona diferente genera emociones en Óscar que hacen que se altere un poco y realice las acciones sin pensar, generando inseguridad para su cuerpo, en el transcurso de los ejercicios fue de gran importancia realizar estos saltos asistidos, ya que le permitieron confiar en alguien más, en este caso en mí, para realizar adecuadamente las habilidades acrobáticas sin llegar a lastimarse. En ocasiones, confundía las piernas con la cual debía ejecutar algún movimiento, pero se fue desarrollando y generando una memoria corporal, para que reconociera el movimiento y no fallara en cuanto a la motricidad de su tren inferior.

Sesión 9 Se han desarrollado satisfactoriamente los movimientos, generando una mayor concentración por parte de Óscar. Gracias a este proceso se me ha facilitado observar diferentes cualidades de liderazgo que se han desarrollado en él, debido a que ha aumentado su seguridad y sus conocimientos, apoyando a otros compañeros y facilitando información sobre las habilidades acrobáticas. Aun se ven algunos pequeños percances en la ejecución debido a que estos movimientos son de memorizar y mejorar por medio de la práctica que se seguirá dando durante la ejecución de estos talleres y los que se viene recibiendo en el espacio de Opalas. También ha aumentado su flexibilidad en cuanto a espalda y piernas en los movimientos o habilidades acrobáticas spagat y arco.

Sesión 10 Luego de realizar la práctica de las habilidades acrobáticas complejas asistidas, se realizaron saltos mortales ejecutados sin la ayuda del docente, fortaleciendo aún más la confianza de Óscar y afianzando su gusto por la acrobacia, al ejecutar cada vez mejor los saltos, menciona su interés de en convertirse en gimnasta profesional.

No se logran realizar muchas secuencias de habilidades acrobáticas, pero se pueden desarrollar mejor las figuras.

Puedo observar que ahora es un chico mucho más seguro al compartir con sus compañeros del colectivo Opalas. También respeta el orden de los turnos y aporta dando algunos concejos en los movimientos que cree que se están ejecutando mal.

Sesión 11 Al ejecutar las habilidades acrobáticas pude evidenciar el aprendizaje no solo técnico sino en su desarrollo humano, permitiendo que se pueda concentrar más en los objetivos de cada sesión, y así mismo para su vida, como lo es en sus las labores diarias que le son asignadas en casa y en el colegio, además que está desarrollando su personalidad ya que se encuentra atravesando la adolescencia y así mismo construyendo un proyecto de vida.

Sesión 12 Óscar ha observado algunos movimientos en las habilidades acrobáticas que realizan los compañeros, y ha optado por ayudar a corregir los pasos que ejecutaban mal, además ha sido muy propositivo durante el proceso con los chicos sin llegar a cortar las ideas de los demás, sino que se incluían en la ejecución de la secuencia de movimiento.

En cuanto a su trabajo físico, se desarrolló una mejor conciencia corporal, pero que aún falta fortalecer la noción de puntas de pies y línea.

Filminuto:

En este filminuto se puede evidenciar los resultados obtenidos en cuanto al proceso de habilidades acrobáticas básicas y complejas, por medio de imágenes recolectadas de Óscar Felipe durante las sesiones del laboratorio taller, allí podemos ver como ejecutó cada habilidad y su desarrollo corporal. **(ver anexo 5)**

Aportes Externos Al Proceso

Entrevistas: Para las entrevistas fue necesario plantear preguntas abiertas con relación al pasado y presente de Óscar Felipe, para poder obtener datos relevantes o significativos con respecto a este estudio de caso sobre las conductas prosociales, y que cambios han ocurrido en su comportamiento a nivel general después de haber desarrollado el proceso del laboratorio taller, estas entrevistas fueron realizadas a personas cercanas de Óscar como lo son su familia, con la cual vive, una compañera del colegio, un instructor del colectivo Opalas y un compañero del semillero del colectivo Opalas, estas entrevistas permitieron observar diferentes momentos por los que paso Óscar pero que gracias al proceso que se desarrolló durante esta investigación ayudo a superar, y generar nuevas proyecciones para fortalecer su crecimiento personal y generando diferentes proyectos de vida. **(ver anexo 4)**

Capítulo 3.

Informe Final

Durante el desarrollo de las sesiones se pudo evidenciar diferentes aspectos en donde se permitió reconocer las ventajas de realizar programas acrobáticos enfocado en el desarrollo de las habilidades acrobáticas, destacando aportes físicos, emocionales y prosociales.

En la primera sesión, se pudo observar el interés de Óscar Felipe en participar del laboratorio taller, que a la vez permitió dar cuenta de algunos aspectos técnicos, desarrollo motriz (puntas de pie, posturas de las manos), y conductas prosociales. En cuanto lo técnico no prestaba la atención requerida para la ejecución correcta de las habilidades acrobáticas en las que se estaba trabajando, también se pudo observar la falta de acondicionamiento físico más que todo abdominal para ejecutar mejor las figuras. Por otra parte, el interés que muestra para realizar estas prácticas es muy evidente debido a que debe realizar diferentes actividades en su casa (hacer el oficio, hacer sus tareas escolares, almorzar y darle de comer a sus gatos) para poder salir a recibir estos talleres.

En cuanto a la segunda sesión se destaca la gran capacidad de atención de Óscar al recibir instrucciones. Al momento de plantear reflexiones sobre el trabajo que se realiza y cómo podríamos hacer para mejorar el comportamiento de algunos de los chicos que realizan prácticas en el colectivo Opalas, se muestra atento y escucha estas consideraciones, ya que son un claro ejemplo de cómo se puede construir un carácter y hábitos que sean funcionales no solo para la práctica de habilidades acrobáticas, sino para el resto de sus vidas, que a la vez le permite comprender todo como un proceso que es de tiempo, en donde se debe sembrar, proteger, cuidar para luego recoger. Es importante resaltar las habilidades acrobáticas que le han generado mayor gusto, como lo es la Rueda libre (media luna sin manos) ya que es un momento en donde el cuerpo se encuentra suspendido en el aire generando una sensación de libertad.

En la tercera sesión, Óscar comprende de una forma más adecuada de la importancia de la paciencia debido a que todo lo quería hacer a fuerza, sin importar que ocurriera con sus músculos o cuerpo, sin pensar en que se puede lastimar, pero que, por medio de la técnica, fue mejorando su conciencia corporal, vinculando diferentes nociones sobre el cuidado de su cuerpo y las cantidades de energía de debería aplicar para la ejecución de cada figura.

En la cuarta, quinta y sexta sesión fue necesario realizar un repaso de las habilidades acrobáticas y sus básicos, para mejorar la ejecución de cada una de ellas, también fue de gran importancia realizar estas prácticas en diferentes espacios (abiertos y cerrados) y aparatos

(colchonetas y el minitramp) que permitieron generar otros conocimientos sobre las habilidades acrobáticas y su corporalidad.

En la séptima sesión se ha podido observar una mejora en la ejecución de cada figura acrobática, no solo por el proceso de estas sesiones, sino también al conocimiento que ha recibido en el colectivo Opalas, a la vez es de gran importancia enunciar la conciencia que va obteniendo Óscar de compartir con sus compañeros de práctica, ya que sin necesidad de que le pregunten, él ha querido compartir conocimientos que ha obtenido debido a su proceso en este laboratorio taller.

En la octava sesión se realizaron prácticas de las habilidades acrobáticas complejas como lo son los mortales asistidos, en donde es muy importante la confianza y la comunicación para una buena ejecución, allí se pudo observar que tenía algunas dificultades para confiar en otra persona, pero que, a través de las repeticiones y diferentes figuras, fue depositando más confianza en el docente investigador, y de esta manera mejorando cada ejecución.

En la novena sesión, se pudo evidenciar habilidades de liderazgo que se han desarrollado en Óscar, donde propone y dirige diferentes ejercicios con otros compañeros, demostrando la importancia de escuchar, ejecutar y analizar las diferentes ejecuciones de cada persona. A la vez ha hecho el papel de guía con todos sus compañeros. En cuanto a los aspectos técnicos acrobáticos, se han desarrollado de una forma satisfactoria que le ha permitido manejar mejor su cuerpo, disociando las diferentes partes de este, y aplicando las cantidades de fuerza y energía suficientes para cada ejecución.

En la décima sesión se realizaron prácticas de las habilidades acrobáticas complejas sin la ayuda del docente, en donde se pudo evidenciar el aumento de confianza en Óscar, permitiéndole realizar diferentes prácticas, asumir retos y problemas en este espacio, que podría aplicar más adelante a otros aspectos de su vida. A la vez genera enlaces acrobáticos que fortalecen la comprensión de estas y el trabajo con algunos de sus compañeros, ya que entre ellos se van apoyando y corrigiendo las diferentes falencias que encuentran en sus ejecuciones y

algunos comportamientos negativos en los espacios de práctica y trabajo del colectivo Opalas como la indisciplina, el irrespeto, la burla y el desorden.

En las dos últimas sesiones se realizaron prácticas de creación propia de enlaces acrobáticos de menor y mayor dificultad, en donde los que desarrollaron estas secuencias fueron los chicos, allí Óscar fue uno de los principales generadores de ideas, pero que según lo observado pudo ser mejor si se hubiese trabajado la parte creativa y no solo la parte técnica.

Un gran ejercicio que ayudo para observar el desarrollo técnico de las habilidades acrobáticas fue el filminuto, ya que por medio de éste se pudo realizar un análisis más riguroso, resaltando la falta de conciencia en algunas figuras las cuales no se ejecutaban correctamente, pero que gracias a este ejercicio se pudo mostrar a Óscar para corregir estos aspectos técnicos.

El método que se realizó para la planeación de cada sesión pudo ser mejor, si comprendiera diferentes actividades para la aplicación como, circuitos, actividades lúdicas que fueran un poco más enfocadas a la creación artística, lo prosocial, y la integración de más personas. Aunque cabe mencionar los resultados positivos que se dieron en este proceso:

Tabla 2 Aportes finales

Aportes Físicos	**Aportes Emocionales**	**Aportes Prosociales**
- Fuerza - Velocidad - Agilidad - Conciencia corporal - Flexibilidad - Fortalecimiento de la memoria corporal	- Felicidad - Tolerancia a la frustración - Paciencia - Libertad	- Liderazgo - Compañerismo - Compromiso - Responsabilidad Propia y para el otro - Respeto - Disciplina

Resultados del laboratorio taller (elaboración propia)

Para esta investigación fue pertinente obtener otro tipo de información como complemento que permitiera evidenciar y analizar las implicaciones de las habilidades acrobáticas en el desarrollo cotidiano de Óscar Felipe, se decidió consultar a familiares, compañeros de

entrenamiento y amigos, por medio de entrevistas semiestructuradas (ver anexo 4), donde se pudo encontrar diferente información que permitió comprender algunos comportamientos de Óscar y algunas transformaciones a lo largo del desarrollo del laboratorio taller, algunos de los hallazgos fueron;

Él antes de realizar prácticas deportivas, se encontraba aislado y encerrado por medio de la televisión y el internet, generando que no socializara mucho, solo con las personas de su núcleo familiar.

Óscar atravesaba por un periodo de gran inestabilidad emocional, producto de una situación familiar, como la separación de sus padres, circunstancia que afectó su rendimiento escolar y su estabilidad afectiva. A medida que su participación se volvía más activa y mostraba gran interés en continuar con el proceso de formación acrobática, se empezó a ver cambios en su estado de ánimo.

Este proyecto de investigación permitió abrir otras posibilidades a Óscar en donde quiso ampliar su mirada de lo que se había planteado en estos espacios, y se vinculó a procesos formativos más formales en la liga de gimnasia de Bogotá, construyendo diferentes rutas para su proyecto de vida, mencionando la importancia que es para él ahora la gimnasia y sus intereses en convertirse en gimnasta profesional. No se puede dejar a fuera los esfuerzos que está realizando en este momento para continuar con su formación profesional en la gimnasia artística, ya que busca diferentes alternativas laborales en las que él pueda trabajar sin afectar su rendimiento académico y deberes de su casa para continuar con su formación debido a las condiciones económicas de su familia.

La forma, o estructura de las preguntas de las entrevistas que se realizaron, no permitieron obtener mejores resultados, ya que estaban casi cerradas, dejando por fuera algunos detalles que permitirían observar diferentes aspectos de lo que las demás personas podían percibir de Óscar Felipe.

Una reflexión en cuanto al diseño, planeación y ejecución del laboratorio taller fue la dificultad al trabajar y analizar las conductas prosociales de una manera más profunda; debido a

la complejidad de los contenidos acrobáticos, siendo estos enseñados desde un lugar técnico, que muchas veces limitó su exploración creativa y su relación social y afectiva. Esta experiencia deja inquietudes sobre cómo enseñar las habilidades acrobáticas vinculadas de forma más directa a fomentar el desarrollo prosocial y afectivo, ya que como demuestra esta investigación esta práctica corporal aporta a dichos desarrollos, pero que se puede potenciar si se tiene en cuenta otros aspectos como lo son la creatividad, el juego, el trabajo en grupo, entre otros aspectos.

Los resultados que arroja esta investigación al desarrollo humano de Óscar Felipe, permite demostrar la necesidad de realizar este tipo de intervenciones formativas, enfocándolas a grupos de jóvenes que se encuentren atravesando por la adolescencia, estado en el que es necesario estas experiencias que contribuyen al desarrollo de su personalidad y tal vez a sus proyectos de vidas, siempre y cuando se elaboren desde un clima que permita la multiplicidad de experiencias tanto técnicas, afectivas y grupales.

Carta Escrita Por Óscar Sobre Su Proceso

En esta carta Oscar Felipe menciona que vive en un barrio popular de la ciudad de Bogotá, y narra su historia en la acrobacia por medio de la agrupación Opalas, por medio de una convocatoria que se realizó en su colegio se unió a y comenzó su gusto por la acrobacia a través del aprendizaje de algunas habilidades acrobáticas, complejizándose cada vez más,

Luego menciona una de las habilidades que considero que se le había dificultado un poco más durante el proceso del laboratorio taller, pero que, con las observaciones del formador, pudo ir mejorando en esta habilidad, y no solo en torno a las habilidades acrobáticas, sino en su formación humana, potenciando cualidades como la responsabilidad y disciplina

Óscar ahora hace parte de la liga de gimnasia de Bogotá y ha obtenido diferentes reconocimientos gracias a su esfuerzo, como lo han sido cuatro medallas en diferentes disciplinas como lo son gimnasia de piso, anillas, caballete y barra fija. Construyendo un proyecto de vida en torno a la acrobacia, como se pudo observar en la carta en la cual él

menciona la importancia de su proceso y las nuevas dificultades por las que atraviesa, pero que no serán un limitante para seguir en la construcción de su ruta y nueva vida. **(Ver anexo 6)**

Capítulo 4.

Conclusiones

Diálogos Propios

La acrobacia es una técnica que permitió mi formación y así poder formar a muchos jóvenes, cambiando muchos aspectos en sus vidas en cuanto a su forma de pensar y comportarse, aprovechando mejor su tiempo libre, en algunos casos, dejando el consumo de sustancias psicoactivas, construyendo proyectos de vida y enfocando sus objetivos en algo que los ayuda a generar conciencia de su bienestar y el de las demás personas, al reconocer su cuerpo como un lugar o territorio seguro, generando disciplina, responsabilidad y tolerancia.

Este proceso investigativo ha permitido ampliar el panorama educativo en el que me desenvuelvo, en donde he podido analizar y relacionar en la enseñanza, aspectos de los jóvenes como conocer la familia de cada chico, de dónde vienen, cuáles son sus aspiraciones, sus dificultades, y qué hacer para potencializar sus habilidades para tener un proceso más significativo.

Sobre Óscar

A través de esta investigación, puedo mencionar que este proceso pudo impactar positivamente la vida este joven viendo a la gimnasia artística como una opción de vida con miras profesionales.

El laboratorio taller no sólo fortaleció aspectos técnicos y físicos del participante, sino que reforzó algunas cualidades en su comportamiento como; la puntualidad, la decisión, la responsabilidad y la seguridad de sí mismo.

Reconozco a Óscar Felipe como un territorio de respeto, que respeta a todos los que están a su alrededor, mostrándose amistoso y cooperativo y sirviendo de líder cuando se necesita en las actividades de formación circense de Opalas.

Este proyecto permitió que la madre pudiera comprender la importancia de este tipo de prácticas corporales como un medio de desarrollo profesional. En el proceso ella resaltó las habilidades, talentos y necesidades de Óscar y decidió junto con sus familiares (hermana mayor de Óscar) apoyarlo aún más en la decisión de empezar a formarse como gimnasta.

Durante el desarrollo de las actividades y los consejos del docente tutor, se pudo observar la importancia de obtener los permisos necesarios para presentar las evidencias imágenes, y documentos referidos a Óscar. (Ver anexo 1)

Sobre lo metodológico.

Otra inquietud que surge del método aplicado a esta investigación, es sobre el número de participantes al laboratorio taller, tal vez si se contemplará en próximas investigaciones aumentar la cantidad de jóvenes se tendría una fuente más rica para analizar dichas implicaciones de estas prácticas corporales.

Una reflexión en cuanto al diseño, planeación y ejecución del laboratorio taller fue la dificultad al trabajar y analizar las conductas prosociales de una manera más profunda; debido a la complejidad de los contenidos acrobáticos, siendo estos enseñados desde un lugar técnico, que muchas veces limitó su exploración creativa, su relación social y afectiva. Esta experiencia deja inquietudes sobre cómo enseñar las habilidades acrobáticas vinculadas de forma más directa a fomentar el desarrollo prosocial y afectivo, ya que como demuestra esta investigación esta práctica corporal aporta a dichos desarrollos, pero que se puede potenciar si se tiene en cuenta aspectos como lo son la creatividad, el juego, el trabajo en grupo.

Aunque se hayan destacado varios aportes positivos en este laboratorio–taller, creo pertinente repensar estas propuestas, construyendo prácticas en las que se busquen aquellas formas de relacionarse con el cuerpo y con los movimientos desde el placer y no desde la imposición o el castigo; donde el diseño de cada propuesta brinde un espacio a la creatividad, a la socialización, a la aparición de la alternancia entre juego y acrobacia. Dando la posibilidad de explorar, y jugar con lo aprendido, que permita el reconocimiento personal y colectivo. Cooperar en el

aprendizaje de los movimientos, no desde un lugar que prioriza la “perfección” técnica, sino desde la posibilidad de moverse correctamente, sin peligro de dañar al cuerpo.

Repensar las practicas acrobáticas, también implica reflexionar el rol del profesor, el profesor debe involucrarse profundamente en la clase, vinculándose con sus alumnos, motivándolos, corrigiéndolos, procurando que cada uno pueda apropiarse de un saber corporal, por medio de múltiples posibilidades para esta práctica.

La enseñanza de este tipo de habilidades brinda otro tipo de conocimientos a los individuos inmersos en estas, como la capacidad de reflexionar y cuidar su cuerpo y el de los otros, ser capaz de tomar decisiones, ser personas que empiezan a preguntarse por su contexto y aportar a este, desarrollar seres más cooperativos, más consientes e importantes actores que aportan al tejido social de sus comunidades, adquiriendo valores como la responsabilidad, la comprensión y lo más importante, la libertad de hacer lo que se quiere.

Las habilidades acrobáticas también podrían relacionarse con otras áreas del conocimiento para lograr una amplia mirada del cuerpo y su relación social, como por ejemplo los aportes en la física, las matemáticas, la biología, la psicología y obviamente las artes, ya que estos aportes nos permiten desenvolvernos en el mundo personal y también el ámbito artístico complementando mucho más las formas de abordar el lenguaje escénico (circo, danza y teatro) y, si es orientado de una forma adecuada permitirá desarrollar habilidades de creación.

Generales

La acrobacia aporta a la construcción de diferentes puestas en escena, resaltando el fortalecimiento estético que brinda esta práctica corporal; aportando elementos como la creatividad, el movimiento, el riesgo, la imaginación, mejorando el trabajo de línea, la resistencia física y generando hábitos importantes para el cuidado del cuerpo. La acrobacia puede dialogar con otras disciplinas artísticas tales como lo son, el circo el teatro, la danza, la música y las plásticas, generando creaciones artísticas multidisciplinares

De acuerdo con los principios de la educación integral, el mantenimiento de la democracia y la sociedad, dependen de una educación humana que se fundamente sobre un núcleo de valores

éticos tales como: atención, honestidad, responsabilidad y respeto hacia sí mismo y a los demás. Siendo uno de los grandes objetivos de la educación pública el ayudar a poseer una serie de valores positivos y actuar desde ellos para llegar a ser ciudadanos responsables. En donde la escuela no es la única responsable en dichas obligaciones, por esta razón se debe trabajar colaborativamente con familias y otros miembros de la comunidad para desarrollar e implementar estrategias de educación humana. Por esta razón, al pensar en prácticas corporales como la acrobacia es preciso tener en cuenta esta necesidad social.

Aportes Del Trabajo De Grado Al Campo De La Educación Artística.

Esta investigación puede presentarse como un camino para comprender la necesidad y pertinencia de llevar contenidos referidos a las habilidades acrobáticas en dialogo con algunas disciplinas artísticas como el circo, el teatro y la danza, a diferentes escenarios educativos donde la enseñanza de este tipo de habilidades, si se enfoca, puede brindar otro tipo de conocimientos como la capacidad de reflexionar, cuidar su cuerpo y el de los otros; ser capaz de tomar decisiones; ser personas que empiezan a preguntarse por su contexto y aportar a este; desarrollar seres más cooperativos, adquiriendo valores como la responsabilidad y la comprensión; aportando también al desarrollo de la expresión corporal y al desarrollo físico de los individuos.

La investigación en Colombia sobre este terreno de la acrobacia ligado a las actitudes prosociales es recientemente nueva y escasa en el ámbito de la educación artística, estas investigaciones están más ligadas al campo de la educación física. Tal vez este proyecto de grado se presenta como una oportunidad de incentivar, replicar y seguir indagando estas relaciones en el ámbito de la educación artística.

Los procesos de formación basados en la acrobacia, normalmente están diseñados con objetivos en la formación deportista o artística profesional, enfocando sus programas y currículos en el desarrollo técnico y físico, descuidando de cierto modo el desarrollo integral (pensamiento, sentimiento y acción) de sus participantes, llevar estas experiencias a que dialoguen con la educación artística implicaría que los egresados y estudiantes, tuviera más

posibilidades laborales, además se relacionaría aún más con el desarrollo humano, permitiendo ampliar sus campos de acción y se podrían construir procesos formativos aún más completos.

Se considera al igual que muchos autores, referidos en esta investigación, que la formación en aspectos acrobáticos puede fortalecer en una gran medida a todas las personas para una formación mucho más humana. Lugar en el que la Licenciatura en Educación Artística no está exenta de aplicar, por un lado, a lo que concierne a la formación a formadores, como en ver las habilidades acrobáticas como un lugar de contribución a la formación escénica de los futuros egresados y por otro de la responsabilidad de llevar estos tipos de saberes y experiencias educativas a diferentes lugares del país.

Es de gran importancia resaltar el momento en el que está atravesando Colombia, debido a la fragmentación o separación de poblaciones que hace un gran daño a la sociedad, y sé que, por medio de estos procesos relacionados con las habilidades acrobáticos, podríamos romper este tipo de divisiones y ayudar a construir una comunidad o juventud que piense en un trabajo en común, que piense en un desarrollo para nuestra sociedad, sin llegar a excluir a ninguna persona o grupo poblacional.

Recursos Disponibles.

Materiales.

4 Colchonetas plegables de 2mt x 3.5mt,

3 colchonetas de seguridad,

3 Colchonetas bocadillos

2 Minitramp

Institucionales.

Polideportivo Molinos II (coliseo) IDRD, lugar en donde se realizaron algunas de las sesiones del trabajo.

Bibliografía

Acuña, J. (15 de noviembre de 2016). *Centro de Gravedad del Cuerpo Humano*. Recuperado de http://cdgdelch.blogspot.com/

Blanco Vega, M. D. (2009). Enfoques Teóricos Sobre La Expresión Corporal Como Medio De Formación Y Comunicación. *Horizonte Pedagógico*, 15-28.

Bolívar , A. (06 de julio de 1997). Liderazgo, mejora y centros educativos. *Liderazgo en Educación*, pp. 25-46. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/242684642_LIDERAZGO_MEJORA_Y_CENTROS_EDUCATIVOS_1?enrichId=rgreq-81f4d8f0327da5b5aedcb46190a53384-XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzI0MjY4NDY0MjtBUzoxODczMjA2ODI2ODg1MTRAMTQyMTY3MjEzOTUzNw%3D%3D&el=1_x_2&_esc=publicat

Collazos Vidal, A. (2014). *La Acrobacia un recurso para la formación corporal del artista escénico.* Cali: Programa Editorial .

Contini De González , E. N., Lacunza, A. B., & Esterkind De Chein, A. E. (2013). Habilidades Sociales En Contextos Urbanos Y Rurales. *psicogente*, 103-117.

Díaz, J. (13 de junio de 2011). *Congreso Argentino y Latinoamericano de Educación Física y ciencias.* Recuperado de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/34896/Documento_completo.-M43.pdf?sequence=1

Duskin Feldman, R., Papalia, D. E., & Wendoks Olds, S. (2009). *Desarollo Humano, Undecima edición.* México: Mc Graw Hill.

EcuRed. (29 de Junio de 2018). *Ecured conocimiento con todos y para todos*. Recuperado de https://www.ecured.cu/Psicolog%C3%ADa_del_desarrollo

Eslava Oriol, I., Mariño Pego, C., Montes Lasheras, J. M., & Salgado López, J. (2003). Factores a tener en cuenta en la enseñanza de tareas motrices que impliquen contacto físico. *Revista de educación física: Renovar la teoría y practica*, 27-38.

Estapé Tous, E. (2002). Sistematización de los elementos acrobáticos en Gimnasia Artística . En E. Estapé, *La acrobacia en en Gimnasia Artísitca, su técnica y su didáctica* (págs. 23-35). Barcelona : INDE.

Estapé Tous, E., López Moya, M., & Grande, I. (1999). Introducción al contenido gimnástico.Reflexión sobre la practica. En E. Estapé Tous, M. López Moya, & I. Grande, *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo* (págs. 19-38). Barcelona: Inde.

Estapé Tous, E., López Moya, M., & Grande, I. (1999). Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo. En *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo* (págs. 19-27). Barcelona: Inde.

Gallo Cadavid, L. E. (2009). El cuerpo en la educación da qué pensar: perspectivas hacia una educación corporal. *Estudios pedagógicos Valdivia*, 231-242.

García Sánchez, I., Pérez Ordás , R., & Calvo Lluch, Á. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 19-22.

Gíménez, M., Vázquez, C., & Hervás, G. (2010). El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia:. *Psychology, Society, & Education*, 97-116.

Guerrero Laurido, H. (2017). La expresión corporal, como medio de comunicación educacional. *INNOVA Research Journal* , 92-98.

Husson, M. (2008). La gimnasia como contenido educativo. Su didáctica. *Jornadas De Cuerpo Y Cultura de la Unlp* (págs. 1-7). La Plata: Memoria Académica.

Murillo Torrecilla, F. J. (2006). Una Dirección Escolar Para El Cambio: Del Liderazgo. *REICE - Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 11-24.

Navarro Garcia, J. M. (2009). Las habilidades gimnásticas y acrobáticas como recurso educativo en la materia de educación física". *Revista Digital Innovación y experiencias educativas*, número 16.

Reguera López de la Osa, X., & Gutiérrez Sánchez, Á. (2015). Implementación de un programa de Gimnasia Acrobática en Educación Secundaria para la mejora del autoconcepto. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación (27)*, 114-117.

Significados.com. (18 de Abril de 2017). Recuperado de https://www.significados.com/estudio-de-caso/

Vázquez Hoys, A. (02 de Noviembre de 2017). *El blog de Ana Vázquez Hoys*. Recuperado de http://www.bloganavazquez.com/2010/07/03/acrobata-y-su-significado/

Vázquez Rodríguez, J. Á. (2015). Las relaciones interpersonales componente esencial en el clima sociopsicológico en el deporte de gimnasia rítmica: Una revisión necesaria (revisión). *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma.*, 75-85.

Yus Ramos, R. (2001). *Educación Integral Una Eduación Holística Para El siglo XXI.* Bilbao: DESCLÉE DE BROUWER, S.A.

Zambrano, D. (11 de Noviembre de 2016). *facemama.com*. Recuperado de https://www.facemama.com/estimulacion-prenatal/importancia-de-la-estimulacion-prenatal.html

Lista de anexos

Anexo 1. Carta de permiso acudiente Óscar

Bogotá DC.
20 de octubre del 2017

Dirigida a:
Consejo Curricular Licenciatura en Educación Artística

Asunto: Autorización participación de Oscar Felipe Prada Correa

Por medio de la presente, yo **Luz marina Correa Correa**, identificada con la cedula de ciudadanía número **51.906.506** de Bogotá. autorizo a la universidad **Distrital Francisco José de Caldas**, para que utilice la imagen y nombre de mi hijo **Oscar Felipe Prada Correa** identificado con la tarjeta de identidad número **1.001.347.967** de Bogotá, para la participación en el proyecto de grado del estudiante **Edison Andrés Vanegas Tovar.**

Agradezco la atención prestada

Luz Marina Correa Correa
C.C 51.906.506

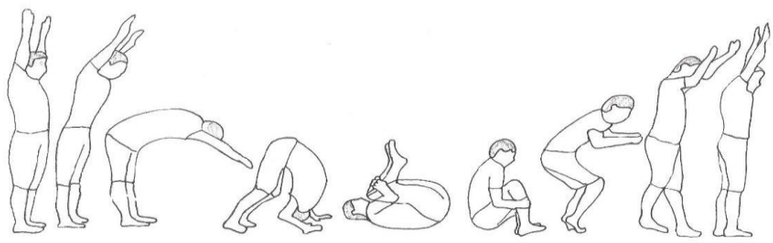
Anexo 01

Anexo 2. Fichas Habilidades Acrobáticas

Rollo adelante

Definición	Descripción Técnica
Giro de 360º en el eje transversal del cuerpo hacia delante con rodamiento de la espalda por el suelo. El máximo agrupamiento del cuerpo es su característica fundamental.	● **Posición inicial** (flexión de rodillas cuclillas) Desequilibrio (los hombros en la vertical de las manos, la cadera por delante del apoyo de pies) Impulso (al tomar contacto las manos con el suelo se extienden las piernas) Efecto de rodar (nunca desde la cabeza que pasará flexionada, el apoyo ha de realizarse desde la cervical hasta la zona sacra, sin golpes. Las manos cogen las rodillas) Recuperación (el peso pasa a los pies que han estado agrupados con el cuerpo hasta este momento. Se intenta acabar en la posición en la que se empezó)

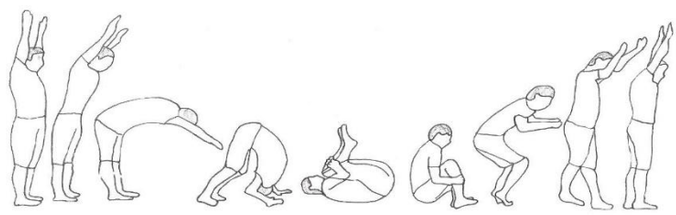
imagen



Rollo atrás

Definición	Descripción Técnica
Volteo hacia atrás de 360º en el eje transversal del cuerpo con apoyo de manos y rodamiento de la espalda en el suelo.	● Posición inicial: de pie (esta posición ofrece más inercia de giro) o según el nivel puede empezarse de cuclillas. Desequilibrio: desplazamiento del centro de gravedad hacia atrás sobrepasando la línea de los pies. Piernas extendidas hasta el contacto del glúteo con el suelo. Impulso: separación de los pies del suelo, llevando las piernas hacia arriba y hacia atrás movimiento rápido y envolvente, que provoca el acercamiento de los muslos al pecho y da velocidad al giro. Efecto de rodar: sobrepasada la posición de sentado se van sucediendo los contactos con el suelo de la espalda, la región cervical y hombros, las manos y los dedos en dirección a los hombros. Recuperación: cuando la cadera está en la vertical de la cabeza, se produce una extensión de los brazos elevando el cuerpo para que pase la cabeza entre los brazos. Los pies se dirigen hacia el suelo y la mirada se dirige hacia donde están apoyadas las manos. El ejercicio termina en cuclillas con o sin apoyo de las manos.

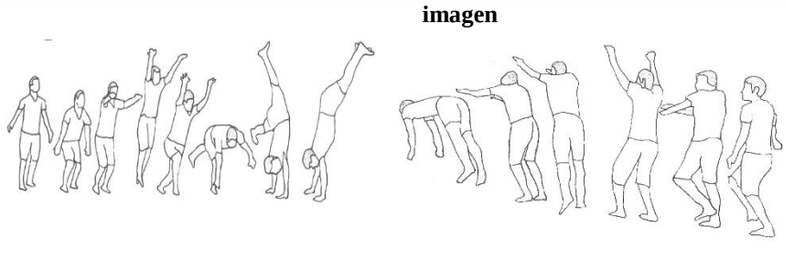
imagen



Rondada

Definición	Descripción Técnica
Giro de 180º combinando el eje longitudinal y el sagital. Es un elemento fundamental para las frases de movimientos rápidos hacia el flic-flac y el mortal atrás pues permite una buena acomodación hacia el despegue hacia atrás.	•Fase preparatoria: se inicia con una breve carrera y un ante salto, lanzando el cuerpo hacia delante con los brazos elevados en prolongación con el cuerpo. •Fase principal: con el cuerpo inclinado hacia delante, apoyaremos una mano antes que la otra, a la vez que impulsamos fuertemente con una y otra pierna. La primera mano se apoya como en una rueda lateral y la que la sigue con una angulación de 45º y con los dedos mirando a la primera mano, lo que produce una rotación interna en el eje longitudinal del cuerpo. La cadera que se encuentra en extensión en el punto más vertical del elemento realiza una brusca flexión, mientras se juntan las piernas (acción de corbeta). •Fase final: el cuerpo vuelve a la posición erguida, quedando los pies alejados del apoyo de las manos.

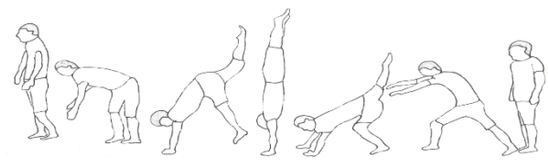
imagen



Parada de manos

Definición	Descripción Técnica
Desde posición de pie, desequilibrarse inclinando el tronco hacia adelante para llegar al equilibrio invertido sobre las manos.	**Fase preparatoria:** Desde posición de partida (peso en la pierna de atrás en extensión, la de delante en extensión con la punta del pie en el suelo, brazos arriba juntos, en extensión y al lado de las orejas, cabeza mirando al frente), inclinamos el tronco con los brazos rectos hacia delante buscando el suelo para lograr un desequilibrio adelante manteniendo el ángulo abierto brazos tronco y semi flexionado la pierna de delante apoyada en el suelo (fondo pasajero) contacto con ambas manos en el suelo con la cabeza mirando a las manos **Fase principal:** Mediante una extensión de la pierna de apoyo, lanzamos la pierna de atrás hacia arriba y llevamos la de apoyo también hacia arriba para juntarse con la pierna libre en la vertical; se va colocando el cuerpo completamente extendido sobre el apoyo de manos. Se debe llegar a mantener esta posición de equilibrio invertido sobre las manos **Fase Final:** desde el equilibrio, lentamente descendemos una pierna delante de la otra para tomar contacto con el suelo hasta la posición de llegada.

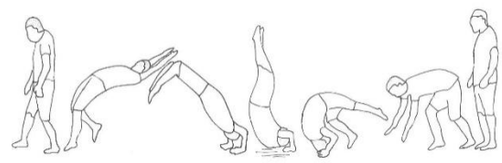
imagen



Kippie de nuca

Definición	**Descripción Técnica**
Volteo de 360º hacia delante en el eje transversal del cuerpo con breve apoyo de nuca y manos, con la consecuente fase de vuelo. Se caracteriza por el movimiento de flexo-extensión de cadera con empuje final de brazos.	Fase preparatoria: desde la posición de cuclillas, se hace el apoyo de manos como iniciando una voltereta hacia delante. Al mismo tiempo las piernas dan un ligero impulso para poder quedar en apoyo de nuca (arado). • Fase principal: con las manos pegadas a la cabeza, apoyo alto de la espalda, las piernas empujan rectas ayudadas por la cadera que se encuentra adelantada. Al mismo tiempo los brazos se extienden buscando la dirección diagonal que han creado las piernas y la cadera. • Fase final: arqueado el cuerpo se llevan los pies al suelo con la cadera hacia delante hasta la posición vertical.

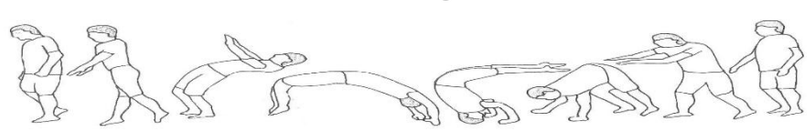
imagen



Kippie de cabeza

Definición	**Descripción Técnica**
Volteo de 360º hacia delante en el eje transversal del cuerpo con breve apoyo de cabeza y manos, con la consecuente fase de vuelo. •Movimiento enérgico de flexo extensión de cadera con piernas extendidas y apoyo de cabeza.	•Fase preparatoria: desde cuclillas, adelantar brazos y hombros apoyando las manos con los codos semi flexionados a la altura de los hombros, y la parte alta de la frente en la colchoneta (las manos y la cabeza forman un triángulo equilátero). •Fase principal: impulso de pies juntos junto a elevación de la cadera (carpado del cuerpo) e impulso de los brazos por la extensión de los codos. Se formará una parábola en la trayectoria que dirige los pies hacia el suelo. •Fase final: llegada al suelo con la cadera echada hacia delante, lo que produce un ligero arqueamiento del cuerpo al que siguen los brazos en prolongación del cuerpo.

imagen

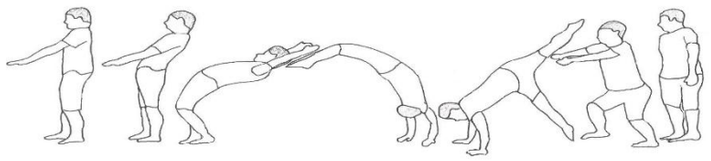


FLIC FLAC

Definición	**Descripción Técnica**

Volteo de 360º hacia atrás en el eje transversal del cuerpo, pasando por el apoyo invertido pasajero con su consecuente fase aérea. Este ejercicio tiene dos posibilidades: como enlace (bajo, rápido y desplazado), o como vuelo (alto y lento).	● **Fase inicial:** partiendo desde la posición inicial de pie, se hace una flexión de piernas (90º) con un desequilibrio hacia atrás manteniendo el tronco en posición vertical y los brazos extendidos hacia delante. ● **Fase principal:** se realiza un fuerte impulso de piernas (talones con la proyección rápida de brazos hacia arriba y atrás). Tras el impulso se pasa por una fase de vuelo creada por el impulso de los brazos, hombros y cabeza, arqueando el cuerpo, hasta quedar los brazos en prolongación con el cuerpo. Es en este momento cuando la cabeza empieza a actuar. Se llega hasta el apoyo de las manos en el suelo con el cuerpo en extensión, pasando por la vertical invertida. En el momento del apoyo los hombros han de ubicarse sobre las manos para recibir el peso del cuerpo. Los brazos se mantendrán semiflexionados con el fin de extenderlos y que el empuje sea más eficiente. En el momento del contacto con el suelo los pies se encuentran retrasados con respecto a la proyección vertical del apoyo de las manos en la colchoneta. ● **Fase final:** Desde esta posición se realiza un impulso de hombros y una corveta, permaneciendo en esta el pecho hundido. Las piernas buscarán el suelo hacia abajo mientras los brazos salen del apoyo hacia arriba por delante, acompañando el movimiento de corveta. La posición final será igual a la de partida

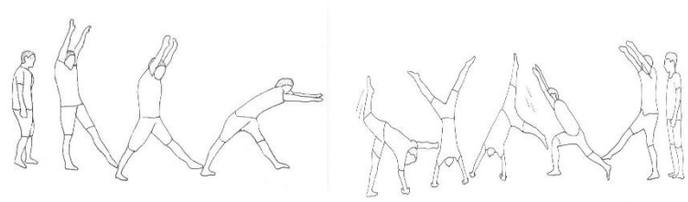
imagen 1



Rueda Lateral (Media Luna)

Definición	**Descripción Técnica**
Giro de 360º en el eje sagital. Los apoyos se realizan alternando manos y pies en la misma línea. Junto al elemento de la rondada es una forma básica de apoyo pasajero sobre los brazos - manos. Sirve como enlace a movimientos de vuelo, por lo que deberá ejecutarse con velocidad y gran empuje de brazos.	**Fase preparatoria:** se inicia de frente, con la pierna de ataque adelantada y estirada que corresponderá con el lado por el que se realiza. **Fase principal:** flexionamos ligeramente el tronco mientras se combina la elevación de la pierna de elevación produciéndose una abducción antero- posterior junto a la rotación de la cadera trasladando el peso a los brazos. La pierna de empuje está activa acelerando la cadera en su elevación y traslado hasta acomodarse al plano lateral. la cadera y el tronco rotan 90º en esta acción ascendente. Los brazos reciben, empujan y trasladan el peso en la dirección del movimiento. Los apoyos son alternos correspondiendo la primera mano de apoyo con la pierna de empuje, este se apoyará lejos del pie. El otro brazo estará en prolongación del cuerpo y se realizará el apoyo respetando la anchura de los hombros. El centro de gravedad se traslada de un brazo a otro pasando por la vertical de los puntos de apoyo. Las piernas se mantendrán lo más abiertas posible **Fase final:** se abandona el suelo realizando una repulsión de brazos invirtiendo el proceso de entrada, y una antepulsión de la cintura escapular. La pierna de elevación tomará contacto con el suelo lo más cercano posible a las manos, trasladando el peso y colocándose, dependiendo del movimiento contiguo a la rueda lateral.

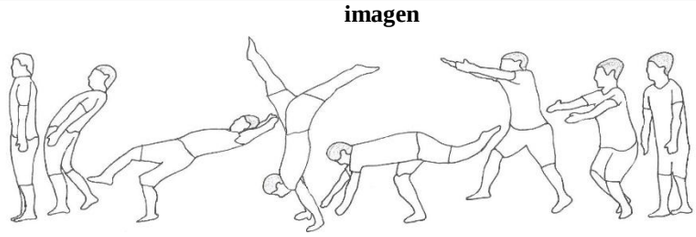
imagen



Paloma con una pierna

Definición	**Descripción Técnica**
Inversión adelante 360º sobre el eje transversal desde batida alternativa de los pies pasando por la posición de Equilibrio invertido pasajero, con fase de vuelo antes y después del apoyo pasajero de manos en el suelo y recepción sobre una pierna delante de la otra.	**Fase preparatoria:** breve carrera con ante-salto que provoca un desequilibrio hacia delante con la pierna de empuje adelantada. Lo impulsos que generarán la acción de pasaje sobre las manos serán la pierna de empuje expuesta anteriormente, la acción de balanza del cuerpo junto a la pierna de elevación, y el empuje combinado de brazos y cintura escapular. El cuerpo permanecerá alineado con respecto a los brazos, los cuales permanecen elevados, paralelos y ligeramente flexionados. La pierna de empuje deberá trasladarse hacia delante después del antesalto, flexionándose para producir el bloqueo o freno mientras el cuerpo desarrolla su acción de balanza. **Fase principal:** extensión violenta de la pierna de empuje coordinada con los demás impulsos, trabajando desde la planta a la punta y desde la flexión a la extensión del tobillo. Descenso rápido del tronco con los brazos ligeramente flexionados hacia arriba y el pecho hundido y bloqueado. Impulsión rápida de la pierna libre hacia arriba mientras se realiza el apoyo de las manos en el suelo o colchoneta. El cuerpo pasa así a una posición de extensión que no abandonará hasta producida la caída. Una vez los brazos reciben el peso del cuerpo colaborarán de forma explosiva y continuada, junto a la cintura escapular, hacia la obtención de mayor altura. La acción de los brazos determinará la buena o mal ejecución del elemento. Estos han de realizar la acción de rechazo al suelo antes de que los hombros lleguen a la vertical de las manos. La extensión de los brazos empieza en los codos, pasando a las muñecas y terminando en los dedos. La antepulsión de los hombros se realiza proyectando las escápulas hacia fuera de la línea media del cuerpo. •Fase final: movimiento de suspensión o vuelo desde el despague hasta la caída. La recepción del cuerpo al suelo se producirá por medio de una hiperextensión del cuerpo en el aire, acentuada en la zona dorsal y direccionando los pies al lugar de apoyo. al tomar contacto con el suelo el cuerpo debe estar lo más cercano posible a la vertical. La cabeza se mantiene en línea con el cuerpo.

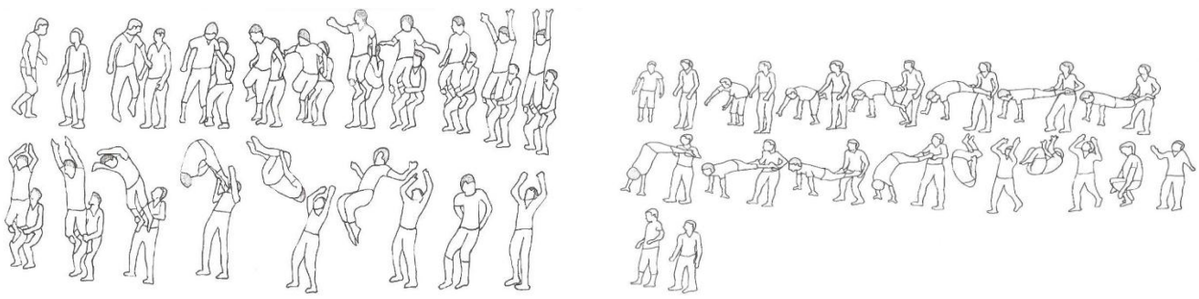
imagen



asistido salto Mortal Lateral	
Definición	**Descripción Técnica**
imagen 1 imagen 2	



Asistido salto Mortal Adelante	
Definición	**Descripción Técnica**
imagen 1 imagen 2	



Anexo 3. Laboratorio Taller

Tabla 3 Anexo 2 Planeaciones y observaciones Laboratorio taller

primera sesión Habilidades pre- acrobáticas: rollos adelante, atrás, laterales, cuartas y quintas	
Primera parte de la sesión	**Materiales:** colchonetas
Objetivos: - Realizar un calentamiento, una preparación física y un estiramiento final. - Ejecutar las habilidades (rollos adelante, atrás, laterales cuartas y quintas) en las colchonetas y el minitramp. - Observar que dificultades y fortaleces tiene Oscar al ejecutar cada figura en cuanto a lo motriz y su actitud.	
Tareas a realizar: Es importante realizar un calentamiento para la preparación del cuerpo que se desarrollara a través de un calentamiento articular, cardiovascular, luego se realizaran ejercicios alternativos para la preparación de las piernas y brazos como lo son pateos, flexiones y ejercicios de potencia y agilidad como saltos en diferentes posiciones y se finaliza con ejercicios postulares como lo serian canoas y planchas para mejorar la resistencia y preparar al cuerpo para los ejercicios que vienen. **1.** Realizar paso a paso las habilidades acrobáticas mencionadas rollo adelante se dividirá en seis pasos para comprender la figura en cuanto a técnica y estética. **2.** Rollo atrás se realizará en seis pasos al igual que el rollo adelante, teniendo en cuanta la técnica y la estética. **3.** Rollo lateral a la derecha, se ejecuta en seis pasos o movimientos. **4.** Rollo lateral a la izquierda, se ejecuta en seis pasos o movimientos. **5.** Las cuartas son posturas que sirven como preparativos para las quintas, siendo básicos para un mejor entendimiento de la acrobacia básica, esta se ejecuta en cinco pasos o movimientos. **6.** La quinta es una postura preparativa en donde genera conciencia en el cuerpo para facilitar otros movimientos acrobáticos básicos, que se ejecuta a través de seis pasos o movimientos.	
Instrucciones: es importante apoyar las manos y empujar en el momento adecuado e indicado por el docente para concienciar al alumno del movimiento, a la vez que es necesario montar la cadera utilizando el impulso que se genera por los movimientos o pasos anteriores.	
Seguridad: al ejecutar estas habilidades acrobáticas es de vital importancia seguir las instrucciones y mantener la mirada en el plexo solar o esternón. Al rodar o ejecutar cualquier movimiento es importante mantener una posición circular en donde el cuerpo siempre este en contacto con el suelo para evitar golpes o lesiones.	
segunda parte de la sesión: rollo adelante, atrás, laterales cuarta y quinta	
Materiales: colchonetas y minitramp	
Tareas a realizar: **1.** Preparación para el uso del minitramp por medio de saltos posturales con velas y giros básicos. **2.** Se ejecutaran las habilidades acrobáticas con el apoyo del minitramp, sin olvidar los seis pasos que se mencionaron en la primer hora para cada figura(rollo adelante, atrás, laterales, cuarta y quinta)	

Instrucciones: es importante empujar el minitramp para facilitar la ejecución del movimiento y que el mismo ayude en la ejecución del mismo generando una comprensión más eficiente de cada habilidad acrobática.

Seguridad: al ejecutar cada habilidad acrobática es importante seguir las instrucciones y mantener la mirada en el plexo solar o esternón.
Al rodar o ejecutar cualquier movimiento es importante mantener una posición circular en donde el cuerpo siempre este en contacto con el suelo para evitar golpes o lesiones.

Observaciones: al desarrollar las habilidades acrobáticas, se ve que Oscar está muy interesado en ejecutar cada movimiento, pero se alcanza a desconcentrar, generando que olvide algunas cosas básicas como las puntas de pies, y la ubicación de las manos, también puedo observar que faltan algunas condiciones físicas como lo es el fortalecimiento del centro[14], ya que al desarrollar algunas condiciones le facilitará comprender mejor su cuerpo y ejecutar de una mejor forma las figuras acrobáticas.
En cuanto a lo actitudinal, se ve que es un chico muy aplicado, y que ha sido un proceso que le interesa y realiza tareas en el hogar que le son solicitados por sus familiares antes de venir al espacio para poder desarrollar estos talleres.





segunda sesión habilidades acrobáticas: pescado, paloma a un pie, a dos y tigre

Primera parte de la sesión | **Materiales:** colchonetas

Objetivos:
- Realizar un calentamiento, una preparación física y un estiramiento final.
- Ejecutar las habilidades acrobáticas (pescado, paloma a un pie, paloma a dos pies y tigre) por medio de unos movimientos determinados.
- Observar detenidamente como lo ejecuta y su comportamiento.
- Implementar desde la practica la importancia del proceso paso a paso para evitar lesiones y comprender el desarrollo del mismo.

Tareas a realizar:
Es importante realizar la preparación del cuerpo que se desarrollara a través de un calentamiento articular, cardiovascular, luego se realizaran ejercicios alternativos para la preparación de las piernas y brazos como lo son pateos, flexiones y ejercicios de potencia y agilidad como saltos en diferentes posiciones y se finaliza con ejercicios postulares como lo serian canoas, planchas y empujes de hombro para mejorar la resistencia y preparar al cuerpo para los ejercicios que vienen.
1. Realizar paso por paso los movimientos necesarios para ejecutar un pescado que se dividirá en siete pasos para comprender la habilidad acrobática en cuanto a técnica y estética.
2. Paloma a un pie se realizará en siete pasos, teniendo en cuanta la técnica y la estética.
3. Paloma a dos pies, se ejecuta en ocho pasos o movimientos.
4. Tigre, se ejecuta en siete pasos o movimientos.

Instrucciones: es importante apoyar las manos y empujar con el hombre en el momento adecuado e indicado por el docente para concienciar al alumno del movimiento, a la vez que es necesario montar la cadera utilizando el impulso que se genera por los movimientos o pasos anteriores. Generando un movimiento parabólico que permitirá la correcta ejecución de las habilidades acrobáticas.

Seguridad: al ejecutar estas habilidades acrobáticas es importante seguir las instrucciones y mantener la mirada en las manos o dedos gordos de la mano para mantener una guía y que el cuerpo no se fragmente, manteniéndolo en una sola postura para la mejor ejecución de los movimiento.

Segunda parte de la sesión: pescado, paloma a un pie, a dos y tigre

Materiales: colchonetas y minitramp

Tareas a realizar:
1. Preparación para el uso del minitramp por medio de saltos posturales con velas y giros básicos, más saltos iniciales (rollos adelante, atrás, laterales, cuartas y quintas)
2. Se ejecutaran las figuras con el apoyo del minitramp que se mencionaron en la primer hora para cada figura(pescado, paloma a un pie, a dos y tigre).

Instrucciones: es importante realizar ejercicios de empujes de hombro para la comprensión de los ejercicios haciendo movimientos progresivos para fortalecer y generar una mayor conciencia del cuerpo, como también es importante realizar sesiones de pateos hacia atrás para orientar el cuerpo y se pueda obtener fácilmente una memoria corporal sobre los movimientos mencionados.

[14] Puede definirse como un punto donde se resume todo el peso de un cuerpo (cualquier objeto). Ese punto que representa el eje del peso del cuerpo u objeto, a su vez es el punto donde todas las partes se equilibran. Además, en el cual todo el peso corporal se concentra y donde todos los planos del cuerpo se interceptan unos a otros. (Acuña, 2016)

Seguridad: es de gran importancia no quitar las manos, ya que estas son el seguro para la caída en todas las figuras correspondientes a esta sesión ya que ellas protegen la cabeza de cualquier caída o golpe.
Otro punto de gran importancia que se debe tener en cuenta en la ejecución es mantener puntas de pies, para que se amortigüe las caídas, y no se golpeen los pies y repercuta hacia los riñones.
Para concluir es de gran importancia realizar ejercicios de calentamiento y rotación en los hombros, para evitar lesiones.

Observaciones: Se puede ver que le queda un poco difícil disociar algunos movimientos en cuanto al empuje y los pateos, generando así que no se comprenda la parábola que debe formar su cuerpo, limitando un poco la ejecución. En cuanto a la parada de manos aún falta practicar bastante ya que el equilibrio aún no se ha desarrollado muy bien, pero tiene nociones que le permiten encontrar la posición en algunos momentos, pero que al perder la concentración inmediatamente baja de la postura arqueando su cuerpo.
Se puede observar que tiene desconfianza en sí mismo, pero con el trabajo se va dando cuenta de que tiene las capacidades para hacer lo que quiere. Algunos elementos como la rueda libre le ayudan a fortalecerse dando cuenta de que es un chico aplicado y por medio de la disciplina puede lograr lo que quiera.





Tercera sesión habilidades acrobáticas: parada de manos o pino(2), kippie de nuca y kippie de cabeza.

Primera parte de la sesión **Materiales:** colchonetas

Objetivos:

- Realizar un calentamiento, un acondicionamiento y un enfriamiento o estiramiento al finalizar.
- Ejecutar las habilidades acrobáticas, parada de manos, kippie de nuca y kippie de cabeza.
- Observar activamente la ejecución de cada figura en cuanto a lo técnico y su comportamiento.

Tareas a realizar: Se realizará un calentamiento articular, seguido por ejercicios cardiovasculares, y acondicionamiento general, luego se trabajarán las habilidades acrobáticas que serán:

1. Parada de manos o pino por pateo se desarrolla en cuatro pasos.
2. Seguido por parada de manos en agrupe o conejito, en donde se indicarán dos pasos iniciales que los llamare montaña y gato, para de allí salir a la postura parada de manos por agrupe o conejito.

Luego será necesario acudir a la parada de cabeza en tres puntos para poder pasar a las siguientes figuras siendo kippie de nuca y kippie de cabeza.

3. La figura kippie de nuca se desarrollará en cuatro pasos.
4. La figura Kippie de cabeza se desarrollará en cuatro pasos

Instrucciones: Sera necesario hacer un calentamiento intensivo para el cuello, ya que algunas de las figuras necesitaran bastante apoyo del mismo, y la extensión de brazos y piernas en los momentos indicados.

Seguridad: es importante no dejar todo el peso del cuerpo sobre la cabeza o cuello, ya que se podría llegar a lesionar el cuello por causa de un mal movimiento.

Segunda parte de la sesión: Estiramiento o flexibilidad **Materiales:** colchonetas

Tareas a realizar: Se tendrá que relajar el sistema muscular, ya que la carga de trabajo en las sesiones anteriores ha sido muy intensiva y los ejercicios que se hacen para relajar después de la sesión están bien, pero también se hace necesario por lo menos una hora de algunas sesiones para poder trabajar adecuadamente el cuerpo.

1. Se elongaran los miembros y músculos del tren superior como lo son brazos, hombros. Pecho, espalda, abdomen, lumbares, dorsales, serratos y cervicales.
2. En la segunda parte se estirará o elongará los miembros y músculos de el tren inferior tales como; gastronemios, cuádriceps, aductores y glúteos

Instrucciones: será necesario el estiramiento de cada musculo por una duración mínima de veinte segundos para que el estiramiento sea funcional, repitiendo mínimo dos veces por cada musculo.

Seguridad: Para el estiramiento es necesario medir la fuerza con la que se trabaja en cada grupo muscular, ya que si se ejerce mucha fuerza se pueden llegar a lastimar, o recoger algunos músculos o tendones, por ende, es necesario realizar el estiramiento a un punto medio.

Observaciones: Oscar intenta realizar algunos ejercicios por medio de solo la fuerza, generando algunas dificultades, y haciendo que se impaciente por hacer las figuras, pero con la práctica y la técnica, lo está logrando, además puedo decir que está fortaleciendo actitudes que le servirán para su vida, como ser un poco más tolerante y paciente ya que todo siempre debe ser un proceso. También le es un poco difícil comprender su cuerpo sin observarlo, esto lo pude evidenciar, en el momento de ejecutar la parada de manos por agrupe, ya que perdía un poco la orientación y era necesario que viera sus piernas, para poderlas ubicar.





Cuarta sesión habilidades acrobáticas: rollo adelante, atrás, laterales cuarta y quinta

Objetivos:

- Realizar un calentamiento, luego un acondicionamiento y se finaliza con un estiramiento o enfriamiento.
- Ejecutar cada habilidad acrobática (rollos, cuarta y quinta)
- Observar que cambios han tenido cada habilidad acrobática a comparación de la primer sesión.

Materiales: colchonetas | ***Primera parte de la sesión***

Tareas a realizar:

En esta sesión se repetirán los ejercicios de la primera sesión para afianzar los movimientos, ya que a través de la repetición se puede generar más fácil la memoria corporal, por tal razón se realizara un calentamiento para la preparación del cuerpo que se desarrollara a través de un calentamiento articular, cardiovascular, luego se realizaran ejercicios para la preparación de las piernas y brazos como lo son pateos, flexiones, ejercicios de potencia y agilidad como saltos en diferentes posiciones y se finaliza con ejercicios postulares y de empujes de hombro.

1. Realizar paso a paso las habilidades acrobáticas mencionadas en la primera sesión, por medio de los seis pasos para afianzar la técnica y mejorar la calidad de los movimientos en la figura rollo adelante.
2. Se ejecutará el rollo atrás realizando los seis pasos.
3. Se trabajará el rollo lateral a la derecha, teniendo en cuanta los seis movimientos o pasos.
4. Rollo lateral a la izquierda, se ejecuta en seis pasos o movimientos.
5. Se practicará nuevamente las cuartas ejecutadas por los cinco pasos o movimientos.
6. La quinta se ejecutará a través de los seis pasos o movimientos que ya se habían realizado en la primera sesión.

Instrucciones: se tendrá en cuenta el empuje que se realiza a través de las manos, el monte de la cadera y la postura de la cabeza.

Seguridad: para la ejecución de estas habilidades acrobáticas es de gran importancia la postura de la cabeza para evitar lesiones en todo el cuerpo tratando de mantener una postura circular o cóncava.

Segunda parte de la sesión: rollo adelante, atrás, laterales cuarta y quinta | **Materiales:** colchonetas y minitramp

Tareas a realizar:

Se trabajarán empujes, y saltos posturales para un mejor aprovechamiento del minitramp.

Instrucciones: se realizaran diferentes clases de saltos debido a que ya se tendrá una mejor conciencia por tal razón se realizaran repeticiones seguidas del mismo elemento que estarán impulsados por el mismo salto.

Seguridad: Es importante proyectar el cuerpo fuera del minitramp, para evitar cualquier tipo de golpe o lesión con el mismo.

Observaciones: El uso del minitramp ha generado confianza en la ejecución de cada figura demostrando las habilidades y fortalezas que tiene. Ha aumentado su confianza y su gusto por practicar la acrobacia.

Me parece de gran importancia mencionar que un chico de los que frecuentan los espacios en donde se desarrollan actividades artísticas circenses en Opalas, llego y quiso participar en el taller, Oscar no tuvo ningún problema en compartir algunos de los conocimientos que ya había aprendido, y luego de que el chico realizara el calentamiento, comenzó a corregir algunos movimientos que percibía que estaba ejecutando mal, compartiendo el nuevo conocimiento que había adquirido, y de esta forma podía observar que se iba construyendo un ser que le interesaba que las demás personas obtuvieran el conocimiento sin ningún recelo.





Quinta sesión habilidades acrobáticas: pescado, paloma a un pie, a dos y tigre

Objetivos:

- Realizar un calentamiento acompañado de un pequeño acondicionamiento y un estiramiento.
- Ejecutar cada habilidad acrobática (pescados, palomas a un pie, palomas a dos pies y tigre).
- Observar el proceso técnico y actitudinal.

Materiales: colchonetas | ***Primera parte de la sesión***

Tareas a realizar:

Se realizará un calentamiento articular, cardiovascular, luego se trabajarán pateos, flexiones y ejercicios de potencia, aumento de agilidad, y se finaliza el calentamiento con ejercicios postulares.
Luego será necesario seguir los pasos que se mencionaron en la sesión dos para cada figura siendo siete movimientos para los pescados, siete movimientos para la paloma a un pie, ocho movimientos para la paloma a dos pies, y siete movimientos para la figura tigre.

Instrucciones:
Después del calentamiento se realizará cada figura teniendo en cuenta la postura de las manos, cabeza y el movimiento parabólico.

Seguridad:
Para cuidar la integridad del participante será necesario mencionar la importancia de mantener la mirada en las manos o dedos gordos de las manos al ejecutar cada figura excepto la figura el pescado ya que es un movimiento contrario y en este caso es necesario ver los pies al tocar el colchón y realizar un rollo para culminar la habilidad acrobática.
También recordar la importancia de trabajar o ejecutar estas habilidades acrobáticas manteniendo en puntas los pies para que permita amortiguar la caída de cada figura y evitar lesiones.

Segunda parte de la sesión: pescado, palomas y tigre | **Materiales:** colchonetas y minitramp

Tareas a realizar:
Se realizaran ejercicios iniciales que permitan al participante adaptarse al impulso o fuerza del minitramp, luego se ejecutaran cada habilidad acrobática (de todas las sesiones rolos adelante, atrás, laterales, cuarta, quinta, pescado, paloma a un pie, paloma a dos pies y tigre) es importante realizar las habilidades acrobáticas con los pasos o movimientos que se han señalado durante la ejecución en los talleres.

Instrucciones: es importante tener en cuenta las observaciones que se han mencionado para cada taller para ejecutar cada habilidad acrobática y la adaptación al aparato.

Seguridad:
Los ejercicios no se deben practicar sobre el piso o alguna otra superficie que sea más dura que las colchonetas, ya que el cuerpo tiene una memoria corporal que podría afectar las articulaciones por medio de los impactos.

Observaciones: puedo observar una gran mejoría en la ejecución de los pescados y que ya está despegando de los empujes, generando una mejor disociación entre pateos y empuje en cada ejecución.
Tuvimos que aplazar algunos talleres por una salida familiar, su madre, le pidió que pospusiera las sesiones, esta salida duró 15 días lo cual afecto un poco el desarrollo del laboratorio taller, pero luego se continuo con normalidad.
En la habilidad acrobática tigre se ha dificultado el entendimiento del elemento, ya que es un ejercicio sobre mantener una postura y utilizar el cuerpo en su totalidad como una palanca, por tal razón es difícil de comprender.
Se ha aumentado su gusto por la acrobacia, tanto que me ha mencionado que quiere ir a la liga de gimnasia, para practicar allí, pero que su padre le dará el dinero en el mes de enero para empezar sus prácticas.
En cuanto a su desarrollo prosocial, se puede observar un gusto por enseñar a las demás personas las cosas nuevas que va aprendiendo, no solamente en lo que se refiere a la acrobacia, sino que genera reflexiones desde sus puntos de vista.





Sexta sesión: parada de manos o pino(2), kippie de nuca y kippie de cabeza.

Objetivos:
- Realizar un calentamiento especifico, luego un acondicionamiento y para finalizar un estiramiento.
- Ejecutar las habilidades acrobáticas (parada de manos, parada de manos por agrupe, kippie de nuca, kippie de cabeza)
- Observar la parte técnica, y actitudinal.

Materiales: colchonetas | ***Primera parte de la sesión***

Tareas a realizar: Se realizará un calentamiento y fortalecimiento general para continuar con los elementos acrobáticos:
1. Parada de manos o pino por pateo.
2. Parada de manos en agrupe o conejito.
3. La figura Kippie de nuca.
4. La figura Kippie de cabeza.

Instrucciones: Sera necesario hacer un calentamiento intensivo para el cuello, ya que algunas de las habilidades acrobáticas necesitaran bastante apoyo del mismo, y la extensión de brazos y piernas en los momentos indicados.

Seguridad: es importante no dejar todo el peso del cuerpo sobre la cabeza o cuello, ya que se podría llegar a lesionar el cuello por causa de un mal movimiento.

Segunda parte de la sesión: Estiramiento o flexibilidad | **Materiales:** colchonetas

Tareas a realizar: Se tendrá que relajar el sistema muscular, ya que las cargas de trabajo en las sesiones anteriores han sido muy intensivas y los ejercicios que se hacen para relajar después de la sesión están bien, pero también se hace necesario por lo menos una hora de algunas sesiones para poder trabajar adecuadamente el cuerpo.
1. Se elongaran los miembros y músculos del tren superior como lo son brazos, hombros. Pecho, espalda, abdomen, lumbares, dorsales, serratos y cervicales.
2. En la segunda parte se estirará o elongará los miembros y músculos de el tren inferior tales como; gastronemios, cuádriceps, aductores y glúteos

Instrucciones: será necesario el estiramiento de cada musculo por una duración mínima de veinte segundos para que el estiramiento sea funcional, repitiendo mínimo dos veces por cada musculo.

Seguridad: Para el estiramiento es necesario medir la fuerza con la que se trabaja en cada grupo muscular, ya que si se ejerce mucha fuerza se pueden llegar a lastimar, o recoger algunos músculos o tendones, por ende, es necesario realizar el estiramiento a un punto medio.

Observaciones: la postura de su cuerpo en parada de manos, no ha mejorado, pero ha aumentado la noción de equilibrio, permitiendo que dure más tiempo en la posición de parada de manos.
Ha sido un chico muy puntual para llegar a las sesiones, pero tuvo un inconveniente al llegar ya que su mamá no lo dejo salir sin antes almorzar, me parece muy bien ya que para estas prácticas se deben realizar con mente cuerpo y sentimiento en un estado óptimo, pero supongo que es normal que ocurra este tipo de inconvenientes, ya que no es por culpa de él.



Séptima sesión: habilidades acrobáticas: Take offf, Rondada, , media luna a la derecha, media luna a la izquierda, rueda libre y flic flac.

Primera parte de la sesión | **Materiales:** colchonetas

Objetivos:
- Realizar un calentamiento, acondicionamiento y estiramiento
- Ejecutar cada figura acrobática (Take off, Rondada, media luna a la derecha y a la izquierda, rueda libre y flic flac).
- Observar la parte técnica y actitudinal.

Tareas a realizar:
Se debe realizar un calentamiento articular, ejercicios que permitan fortalecer el sistema cardiovascular, aumentar la resistencia y la potencia.
Sera necesario realizar pateos, flexiones de brazo, y flexiones de hombro, para luego iniciar con el trabajo específico que se desarrollara de la siguiente manera;

1. Para la ejecución del Take off, serán necesario realizarlo en cuatro movimientos

Para los siguientes movimientos será necesario combinarlos con el Take off para una mejor ejecución de las habilidades acrobáticas, pero será necesario vincular una carrera para ejecutar de una forma más consiente la rueda libre.

2. Para ejecutar el Rondada, será necesario realizar ocho movimientos incluidos el Take off.
3. Para la ejecución de la media luna a la derecha serán necesarios ocho movimientos.
4. Para la media luna a la izquierda serán necesarios igualmente ocho movimientos.
5. Para ejecutar la ruda libre será necesario realizar una carrera para obtener impulso, y luego se realizará en ocho movimientos
6. Flic flac, para esta habilidad acrobática será necesario desarrollarla en cinco movimientos.

Instrucciones: Los pateos y rotaciones serán necesarios para la ejecución de estos elementos, ya que al mantener postura y generar buenos impulsos se puede pasar o ejecutar más fácil las ruedas**.**

Seguridad: es de gran importancia mantener los pies marcado puntas, ya que esto permite amortiguar y que no se golpeen los talones, ocasionando lesiones que pueden durar mucho tiempo, limitando la práctica, y otro factor que se debe tener en cuenta es el de mantener un eje por medio del pecho, para que no se direccione el cuerpo hacia el piso.

Segunda parte de la sesión: Take off, Rondada, , media luna a la derecha, media luna a la izquierda, rueda libre.

Materiales: colchonetas y minitramp

Tareas a realizar:
Se debe repetir movimiento en el minitramp desde la habilidad acrobática más básica rollos, hasta las que se están desarrollando en el día siendo las ruedas, que se realizaras más fácil por medio del impulso del minitramp, teniendo en cuanta los pasos para la ejecución de cada habilidad acrobática.

Instrucciones: es importante los pateos, aunque el minitramp facilita los mismos, entre más fuerte, más tiempo tendrá el ejecutante para realizar la habilidad acrobática. Teniendo en cuenta las rotaciones y los ejes.

Seguridad: Al tener más fuerza gracias al impulso del minitramp, es importante tener en cuanta mantener puntas de pies y generar un eje de rotación por medio del pecho, para que le cuerpo no se direccione hacia el piso.

Observaciones: en cuanto a la técnica el Take off se ha mejorado un montón por la práctica permanente, no solo en estas sesiones, sino en los espacios de formación de Opalas, se ha mejorado el trabajo de la línea y las ruedas han mejorado técnica y estéticamente. Nuevamente se acercó el mismo chico para recibir el taller y Oscar reflejaba una gran alegría al explicar lo que había aprendido.




Octava sesión habilidades acrobáticas: salto mortal adelante asistido (2), salto mortal atrás asistido (2), salto mortal lateral asistido a la derecha y salto mortal lateral asistido a la izquierda.

Primera parte de la sesión | **Materiales:** colchonetas

Objetivos:

- Realizar un calentamiento, un acondicionamiento y un estiramiento
- Ejecutar las habilidades acrobáticas (saltos mortales asistidos) por otra persona y el minitramp.
- Observar la ejecución de la técnica y lo actitudinal durante el taller.

Tareas a realizar: se realizará un calentamiento articular, cardiovascular, un acondicionamiento general, un trabajo técnico sobre habilidades acrobáticas y un enfriamiento o estiramiento para relajar los músculos.
Para la realización o ejecución de los saltos mortales asistidos, será necesario ir a los básicos (Rollos adelante, atrás y laterales) para una mejor comprensión de las habilidades acrobáticas más una breve descripción.

1. Se realizarán los rollos hacia todas las direcciones.
2. Se trabajarán dos clases de saltos mortales adelante asistido que serán guiadas por el docente.
3. El salto mortal asistido atrás al igual que el adelante, se trabajará de dos formas que serán guiado por el docente.
4. Los saltos mortales asistidos laterales se asistirán por el docente haciéndolos a la derecha y a la izquierda.

Instrucciones: Cada carga tiene unas posiciones diferentes que será de gran importancia seguir paso a paso las indicaciones ya que, al no realizar los empujes o rotaciones en los momentos indicados, no se podrá ejecutar de la mejor manera los saltos mortales asistidos, cada salto mortal se ejecutará de dos formas diferentes.

Seguridad: para cada salto mortal se tendrá que ubicar la mirada en diferentes lugares, manteniendo la mirada en un punto fijo, esto ayudara a que la cabeza sea el eje de rotación y de esta forma no se direccione el cuerpo hacia el suelo.

Segunda parte de la sesión: Saltos mortales | **Materiales:** colchonetas y minitramp

Tareas a realizar:
Se realizará una repetición de todos los saltos que se han ejecutado durante el desarrollo del laboratorio taller para llegar a los saltos mortales adelante, atrás y laterales.

1.Salto mortal adelante, se ejecutará en seis movimientos.
2.Salto mortal atrás, se ejecutará en seis movimientos.
3.Los saltos mortales laterales se ejecutarán en seis movimientos cada uno (a la derecha y a la izquierda).

Instrucciones: cada elemento se repetirá las veces necesarias para comprender los movimientos y que el cuerpo reconozca y memorice cada habilidad acrobática.

Seguridad: es importante mantener la mirada en un punto fijo para que la cabeza sea el eje de rotación. También es de gran importancia observar el minitramp para no caer en los tubos y lastimar cualquier parte del cuerpo del ejecutante.

Observaciones: el trabajo con una persona diferente genera emociones en Oscar que hacen que se altere un poco y realice las acciones sin pensar, generando inseguridad para su cuerpo, en el transcurso de los ejercicios fue de gran importancia realizar estos saltos asistidos, ya que le permitieron confiar en alguien más, en este caso en mí, para realizar adecuadamente las habilidades acrobáticas sin llegar a lastimarse,
En ocasiones, confundía las piernas con la cual debía ejecutar algún movimiento, pero se fue desarrollando y generando una memoria corporal, para que reconociera el movimiento y no fallara en cuanto a la motricidad de su tren inferior.



Novena sesión habilidades acrobáticas: Take offf, Rondada, media luna a la derecha, media luna a la izquierda, rueda libre y flic flac.

Primera parte de la sesión | **Materiales:** colchonetas

Objetivos:

- Realizar un calentamiento, una preparación física, y un estiramiento.
- Ejecutar las habilidades acrobáticas (Take off, Rondada, media lunas, rueda libre y flic flac).
- Observar la ejecución de cada habilidad acrobática en lo técnico y actitudinal durante el desarrollo del taller.

Materiales: colchonetas

Tareas a realizar:
Se debe realizar un calentamiento articular, ejercicios que permitan fortalecer el sistema cardiovascular, aumentar la resistencia y la potencia.
Sera necesario realizar pateos, flexiones de brazo, y flexiones de hombro y continuar con las siguientes figuras;

1. Para la ejecución del Take off.
2. Ejecución de la habilidad acrobática Rondada, incluidos el Take off.
3. Ejecución de media luna a la derecha.
4. Ejecución habilidad acrobática media luna a la izquierda.
5. Ejecución rueda libre.
6. Se ejecutara la habilidad acrobática Flic flac,

Instrucciones: la figura Take off se necesitara para poder ejecutar la mayoría de las habilidades acrobáticas.

Seguridad: se debe mantener tención al marcar punta de pies, y mantener el eje para no perder el centro y lastimarse.

Segunda parte de la sesión: Take off, Rondada, , media luna a la derecha, media luna a la izquierda, rueda libre.

Materiales: colchonetas y minitramp

Tareas a realizar:
Se realizaran todas las habilidades acrobáticas que se han desarrollado en el laboratorio taller desde la primer sesión, luego se trabajaran líneas acrobáticas que consistirán en secuencias de figuras ej. (Take off, Rondada, flic, flac)

Instrucciones: se realizarán movimientos continuaos sin frenar los movimientos para desarrollar tiras gimnasticas.

Seguridad: el docente debe estar atento en todo momento para evitar golpes o lesiones del participante

Observaciones: Se han desarrollado satisfactoriamente los movimientos, generando una mayor concentración por parte de Oscar. Gracias a este proceso se me ha facilitado observar diferentes cualidades de liderazgo que se han desarrollado en él, debido a que ha aumentado su seguridad y sus conocimientos, apoyando a otros compañeros y facilitando información sobre las habilidades acrobáticas.
Aun se ven algunos pequeños percances en la ejecución debido a que estos movimientos son de memorizar y mejorar por medio de la práctica que se seguirá dando durante la ejecución de estos talleres y los que se viene recibiendo en el espacio de OPALAS.
También ha aumentado su flexibilidad en cuanto a espalada y piernas en los movimientos o habilidades acrobáticas spagat y arco.





Décima sesión habilidades acrobáticas complejas: salto mortal adelante asistido (2), salto mortal atrás asistido (2), salto mortal lateral asistido a la derecha y salto mortal asistido a la izquierda.

Primera parte de la sesión **Materiales:** colchonetas

Objetivos:
- Realizar un calentamiento especifico, luego un acondicionamiento general y se concluirá con un estiramiento.
- Ejecutar cada habilidad acrobática (saltos mortales asistidos)
- Observar la ejecución de cada figura en lo técnico y actitudinal.

Tareas a realizar:
se realizará un calentamiento articular, cardiovascular y al finalizar un enfriamiento o estiramiento para relajar los músculos.

1. Se realizarán los rollos hacia todas las direcciones.
2. Se ejecutarán saltos mortales asistido adelante.
3. Se ejecutarán saltos mortales asistidos atrás.
4. Se ejecutarán saltos mortales asistidos laterales a la derecha y a la izquierda.

Instrucciones: se realizaran los elementos pero solo con la ejecución del participante, ya no será necesario que el docente este pendiente de cada habilidad acrobática, luego buscara la continuidad tratando de incluir otros elementos o habilidad acrobáticas.

Seguridad: se debe mantener puntos fijos y el cuerpo en postura, al igual que si se llega a pasar en alguna rotación, se debe mencionar que no se pueden meter los codos, ya que esto puede llegar a dislocar o sacar los hombros.

Segunda parte de la sesión: estiramiento o flexibilidad. **Materiales:** colchonetas

Tareas a realizar:
Se tendrá que relajar el sistema muscular, ya que la carga de trabajo en las sesiones anteriores ha sido muy intensiva y los ejercicios que se hacen para relajar después de la sesión están bien, pero también se hace necesario por lo menos una hora de algunas sesiones para poder trabajar adecuadamente el cuerpo.

1. Se elongarán los miembros y músculos del tren superior como lo son brazos, hombros. Pecho, espalda, abdomen, lumbares, dorsales, serratos y cervicales.
2. En la segunda parte se estirará o elongará los miembros y músculos de el tren inferior tales como; gastronemios, cuádriceps, aductores y glúteos

Instrucciones: para estos ejercicios es muy importante que el participante este muy relajado para que no genere ningún tipo de resistencia o tención para que se pueda dar de la mejor manera, manteniendo mínimo por treinta segundos cada ejercicio.

Seguridad:
No se debe sobre exigir los músculos o tendones, o sino podrían ocurrir lesiones que afecten gravemente al participante.

Observaciones: Luego de realizar la práctica de las habilidades acrobáticas complejas asistidas, se realizaron saltos mortales ejecutados sin la ayuda del docente, fortaleciendo aún más la confianza de Oscar y afianzando su gusto por la acrobacia, al ejecutar cada vez mejor los saltos, menciona su interés de practicar como gimnasta profesional.

No se logran realizar muchas secuencias de habilidades acrobáticas, pero se pueden desarrollar mejor las figuras.
Puedo observar que ahora es un chico mucho más seguro al compartir con sus compañeros del colectivo OPALAS.
También respeta el orden de los turnos y aporta dando algunos concejos en los movimientos que cree que están ejecutando mal.



Sesión once: habilidades acrobáticas: exploración de movimiento en las figuras acrobáticas básicas

Objetivos:

- Realizar un calentamiento, que permita acondicionar el cuerpo y se concluye con un estiramiento.
- Ejecutar todas las habilidades acrobáticas que se vieron durante el desarrollo del laboratorio taller.
- Explorar movimientos que permitan incluir las habilidades acrobáticas en su inicio, intermedio y final.
- Observar el proceso técnico y actitudinal durante el desarrollo del taller.

Materiales: colchonetas

Tareas a realizar: se iniciará con el calentamiento respectivo, la preparación corporal, y acondicionamiento para pasar al trabajo técnico y exploratorio, luego se ejecutarán todas las habilidades acrobáticas que se han trabajado en el laboratorio, pero ahora se realizaran a partir de movimientos experimentales iniciando desde rollos, cuartas, quintas, Take off, Rondada, ruedas, palomas, saltos mortales asistidos, y saltos mortales.
Se realizarán movimientos que permitan concluir el movimiento con la ejecución de la habilidad acrobática mencionada, cada elemento se desarrollara a través de diferentes calidades de movimientos como lo son por impulso, vibratorio, sostenido y movimiento pendular.

Instrucciones: se realizaran calidades de movimientos que ayudaran a comprender las habilidades acrobáticas básicas por medio de diferentes movimientos, ya que se realizaran en diferentes velocidades.

Seguridad: Es importante no imprimir mucha velocidad en las habilidades acrobáticas que no estén claras ya que esto podría conllevar a lesiones importantes en el participante

Observaciones: Al ejecutar las habilidades acrobáticas pude evidenciar el aprendizaje no solo técnico sino en su desarrollo humano, permitiendo que se pueda concentrar más en los objetivos de cada sesión, y así mismo para su vida, como lo es en sus las labores diarias que le son asignadas en casa y en el colegio, además que está construyendo su personalidad ya que se encuentra atravesando la adolescencia y así mismo construyendo un proyecto de vida.





Sesión Doce: trabajo grupal

Materiales: colchonetas

Objetivos:

- Repasar todas las habilidades acrobáticas que se han desarrollado en el transcurso del laboratorio taller.
- Diseñar una secuencia de movimientos a través de las habilidades acrobáticas que se han realizado a través del laboratorio taller.
- Observar los comportamientos que tienen Oscar al compartir su proceso con los demás jóvenes.

Tareas a realizar: se realizará el calentamiento respectivo que involucrará movimiento articular, ejercicios que permitan fortalecer el sistema cardiovascular, que acondicionen el cuerpo y flexibilidad. Luego se pasará al trabajo específico en donde se realizarán habilidades acrobáticas individuales como rollos, cuartas quintas, Take off, ruedas o medialunas, y mortales en donde todos los participantes apoyarán el aprendizaje de los demás.
Se ejecutan todos los elementos o habilidades acrobáticas con participantes que tienen los mismos niveles o aproximados.
En segundo lugar, se realizará una secuencia de movimientos que los mismos participantes creen o elaboren.

Instrucciones: Se realizaran habilidad por habilidad, hasta que hayan realizado todas las habilidades acrobáticas sobre las colchonetas, luego crearan una secuencia de movimiento en la cual participen todos.

Seguridad: es importante que tengan en cuenta el espacio en el cual se realizaran las habilidades acrobáticas y los movimientos que realizaran para evitar golpes para ellos y sus compañeros.

Observaciones: Oscar ha observado algunos movimientos en las habilidades acrobáticas que realizan los compañeros, y ha optado por ayudar a corregir los pasos que ejecutaban mal, además ha sido muy propositivo durante el proceso con los chicos sin llegar a cortar las ideas de los demás, sino que se incluían en la ejecución de la secuencia de movimiento.
En cuanto a su trabajo físico, se desarrolló una mejor conciencia corporal, pero que aún falta fortalecer la noción de puntas de pies y línea.



Anexo 4. Entrevistas

Entrevistas realizadas a familiares, amigos, compañeros y un instructor relacionado con las conductas prosociales, habilidades acrobáticas y desarrollo físico-motriz, para el estudio de caso Saltando por la vida: La acrobacia como medio de transformación corporal y social.

Tabla 4Entrevistas realizadas a familiares, amigos, compañeros

#	Nombres	Edad	Parentesco	Barrio - localidad	¿De dónde es?	Con quienes vive?	Como conociste a Oscar?
1	Oscar Felipe Prada Correa	15	Objeto de estudio	Cerros de Oriente - Rafael Uribe	Bogotá	Mamá, hermana y dos gatos	
2	Sergio Esteban Calle Villegas	20	Compañero en el colectivo Opalas	Sarasota -Rafael Uribe	Manizales- Caldas	Mujer	Conocí a Oscar en un entrenamiento en el polideportivo en donde actualmente entrenamos
3	Laura Catalina Álvarez López	15	Compañera del colegio y en Opalas	Bochica- Rafael Uribe	Bogotá	Padres y hermanos	Creo que estábamos en séptimo de primaria, de que, de bachillerato, a él lo conocí en el colegio.
4	Diego Emilio Garzón Sierra	23	Instructor Opalas	Molinos II - Rafael Uribe	Bogotá	Esposa e hija	Lo conocí en un proyecto que gestionamos para la alcaldía que se llamó APIS, es un proceso que gestionamos con la agrupación OPALAS y pues era un proceso en el que le dábamos formación a ciertos chicos y pues Oscar acudió a esa formación.
5	Tatiana Quevedo	22	Hermana	Cerros de Oriente - Rafael Uribe	Bogotá	Con Oscar, la mamá y dos gatos.	
6	Luz María Correa Correa	49	Mamá	Cerros de Oriente - Rafael Uribe	Suata- Boyacá	Sus dos hijos, Tatiana y Oscar	

#	Nombres	Descripción de Oscar	Como lo ven?	¿Qué espacios compartes adicionales con él?	¿crees que tienen algo en común?	¿Cómo crees que lo ven los demás?	¿Qué es lo que más gusta o admira de Oscar?
1	Oscar Felipe Prada Correa	Hiperactivo, disciplinado, como líder en el colegio y ordenado.	que soy una persona muy a lo que va, que es muy ordenada en el sentido de su tiempo, porque así haga muchas cosas en el día siempre cumple con lo que tiene que es en este caso el colegio y que es lo que motiva a mis compañeros a ser como yo.				mi disciplina, mi amor hacer lo que me gusta hacer.
2	Sergio Esteban Calle Villegas	Es un chico muy bueno en lo que está haciendo, lo describo como una persona echada para adelante y le gusta lo que hace, si es un deporte, si es el estudio cualquier otra cosa, lo percibe así.	como lo dije en la anterior pregunta, es un chico que me parece, echado pa lante	Pues ahora solo compartimos poli, o sea los entrenamientos, antes cuando entrenaba taekwondo, yo fui una vez a las clases de él que el profesor cancelo, pero fui una vez.	Si, las ganas de hacer esto de hacer acrobacia y pues que ambos son echados para adelante y que Oscar es decidido en esas cosas.	Como todos tenemos diferentes formas de ver a las personas, yo creo que la mayoría lo ven como lo veo yo, que es un muchacho que le gusta hacer las cosas.	Que él es muy juicioso, es un muchacho en el estudio es excelente y en los deportes es excelente en el deporte que quiere hacer es muy excelente, me gusta mucho eso que es muy juicioso en todo.
3	Laura Catalina Álvarez López	Un niño bastante rarito, no mentiras, sería como, persona bastante normal, neutra podría decirse	Un conocido	Opalas y el Colegio (Opalas es donde hacemos acrobacia)	Que somos humanos, espere busco algo más elaborado, ha tiene gatos, yo me acuerdo tiene gatos si si si, los gatos.	Pues él tiene amigos, y creo que lo ven bien.	La verdad no porque no comparto mucho con él.
4	Diego Emilio Garzón Sierra	Es un chico muy atento, escucha, es de los chicos que le gusta escuchar instrucciones, considero que es muy comprometido en cuanto a las cosas que hace y pues ha sido muy comprometido con las cosas que hace, es muy atento diría yo.		Pues la mayoría de lo que comparto con él, han sido espacios de entrenamientos donde pues recibe clases de pate de la agrupación y pues, unas que otras veces, he compartido pues espacios donde charlaron como en el parque, cosas así.	Algo en común, si, pues yo creería que el gusto al arte, el circo, la acrobacia.	Como pues, creería yo que un buen compañero, alguien comprometido muy responsable con sus cosas.	¿admiro algo de él? Yo creería que eso, el compromiso.
5	Tatiana Quevedo	Pues aparte de ser mi hermano es como si fuera mi mejor amigo, porque nosotros tenemos una conexión más cercana digamos en ese sentido, no solamente es el hecho de convivir como hermanos, sino también como contarnos nuestras experiencias, lo que nos pasa, aconsejarnos, entonces si, como una amistad.	como un joven educado, honesto, juicioso, disciplinado y amable con la gente.	Aparte de estar en la casa en el apto, vamos a cine, de pronto un museo, oh si tengo la oportunidad de digamos yo tengo algún evento con mis compañeros de la universidad o algo así también procuro compartir esos momentos con él, si es posible llevarlo.	A parte de nuestra mamá no.	Como un pelado muy pilo y para su edad es muy disciplinado muy organizado.	Eso mismo, la disciplina que tiene con lo que hace y pues que no sea de esos pelados que no tiene aspiraciones, sino que al contrario sus proyectos son muy claros a pesar de su edad.
6	Luz María Correa Correa	Él es un niño muy temperamental, pero es un niño que tiene muy buenos sentimientos lo que lleva en este proceso que está haciendo, él ha cambiado mucho porque se ha vuelto más responsable en el estudio, porque antes era una rogadera para que el hiciera realizara sus actividades sus tareas, siempre tenía yo como esas peleas con él, porque a él no le gustaba estudiar, pero desde que él está haciendo estas actividades si, ha cambiado muchísimo y si ha mejorado mucho.	Él ha sido de muy pocos amigos, pero pues estaba como más enfocado a la casa como más televisión, no como le dijera, no lo veía, así como, no es sociable digámoslo así, sino hay metido en el cuento de la tele y nada más.				

#	Nombre	¿Que no les gusta de él?	¿Qué puede mejorar?	¿Cómo lo ven antes de la acrobacia?	¿Después de la acrobacia?	¿Qué es la acrobacia para Oscar?	¿Crees que tienen algún secreto entre ustedes dos?
1	Oscar Felipe Prada Correa		Mejorar he lo brusco que soy en ciertos casos, cuando, o sea no porque quiera ser brusco sino porque no se a veces controlar la fuerza que hago con otras personas.	Me percibo como una persona que le falta algo, le faltaba ocupar mejor su tiempo a la hora de estar en l casa o en otros espacios.	Más disciplinado, más ordenado en el sentido de también el tiempo, si quiere lograr algo pues me tiene que esforzar más para poderlo hacer en algún tipo de acrobacia, o algo así.	Un tipo de expresión corporal, también porque no solo demuestra que sabe manejar su cuerpo, sino también como utilizarlo y qué hacer con eso.	
2	Sergio Esteban Calle Villegas		No, él es muy bueno	Engreído	Después, no ya de distinguirlo, de entrenar con él, me parece que es un chico excelente.	En eso también todos tenemos diferentes formas de ver las cosas, pero para Oscar quiere hacer algo con la acrobacia, que quiere aprender más, quiere hacer algo con la acrobacia, con lo que aprende.	Que yo fui una vez a las clases de taekwondo y no sabía nadie más.
3	Laura Catalina Álvarez López		No sé, de pronto la actitud, un tanto. Es un poquito bipolar, pero solo un poquito	Como, es que era como todo raro, no raro chévere, sino era raro parce, hacia cosas como muy, bueno, pero eso fue en séptimo así que pues, era como estaba feliz y se ponía a llorar y era que mierda le da.	Creo que el ejercicio le ayudo resto, a madurar un tanto.	Pues él quiere, él me dijo que quería ser, que quería seguir con eso profesionalmente y ser un gran gimnasta	No

4	Diego Emilio Garzón Sierra		No, me parece que es bien.	Como lo percibo, lo mismo es un chicho pues, atento he lo que digo, cuando se compromete en algo se ve el compromiso y eso antes del proceso.	Después se desarrolló un poco más la creatividad, un poco más la intención de saber más, el interés, también un desarrollo físico, en cuanto a sus movimientos, es alguien que ha tenido se puede decir, que ha tenido un cambio de perspectiva tanto mental como físicamente.	La acrobacia para él, no sabría identificarlo, creería yo que para muchos de los chicos a su edad podría ser un hobby no sé si pues tenga perspectivas a futuro, pero pues por ahora lo veo como un hobby que le agrada bastante.	
5	Tatiana Quevedo		Pienso que, pues si hay muchas cosas que cambiar, pero de pronto como a nivel de relaciones sociales, digamos que a veces la oportunidad a vivir su vida, como un niño, o sea porque igual él tiene 15 años y pues si es bueno que tenga enfoque a futuro, pero pues también que viva su vida, porque pues la niñez y la adolescencia son solo una etapa y pues la idea es aprovecharlas.	Antes era un caso completo, literal, para mi mama y para mí, como muy dependiente de nosotras, como muy dependiente, o sea no era organizado con sus tareas no era organizado en el colegio, era un niño que no se sabía controlar en la parte emocional, digamos un inconveniente y sus emociones literal era como una bomba, explotaba, y también lo desorganizado que era, en ese sentido por lo mismo no tenía una organización con el colegio, ni hacia la tarea ni cumplía en la casa ni nada, no era pues vago, pero si tocaba empujar y empujar para que andara	hoy en día pues ya es una cuestión totalmente diferente porque ya no hay que decirle que haga las cosas ya las hace y sabe que tiene que hacer y que debe que cumplir con todo aunque le toque trasnocharse porque estaba haciendo acrobacia o x o y actividad como taekwondo o demás pues sabe que la tiene que hacer y cumple con todo lo que tiene que cumplir	Yo pienso que fue y ha sido como la llave a que encuentre algo que le apasione y lo motive a ser alguien en la vida, porque le abrió la puerta a verse como persona, a explorarse, a como decía de las emociones a controlarlas de una forma mejor, de una mejor manera, por supuesto.	
6	Luz María Correa Correa		¿No le gustaría cambiar nada de él, yo pienso que a medida que va creciendo él va cogiendo más madures más responsabilidad no? Él está bien no tengo que cambiarle nada.	Las notas eran muy regulares inclusive en el colegio le hacían mucho bulling, lo que fue quinto de primaria para mí eso fue muy terrible por que los niños se la tenían muy dedicada a él y me le decían que era gay y cosas que... para mí eso era terrible por que el lloraba por todo, porque se la tenían dedicada los compañeros, porque no ha sido un niño de groserías de nada eso entonces si se la tenían arto dedicada en el colegio.	Claro ya es un cambio bastante porque el ya, por lo menos él se relaciona más con los compañeros y ya saben que él está enfocado en lo de los deportes, entonces todo eso ha hecho como que lo vean de otra forma ¿no?		

#	**Nombre**	**¿Tienes alguna anécdota con él?**	**¿Alguna vez te has caído?**	**¿Caídas o accidentes en la acrobacia?**	**¿Por qué continuaste?**	**¿Qué te gustaría ser?**
1	Oscar Felipe Prada Correa		Si, pues me he vuelto a levantar y ha vuelto a hacerlo corrigiendo los errores para no volverlo a cometer los mismos errores y si sé que cometiendo ciertos errores me voy a caer las corrige para no volver a caer.	Accidentes el año pasado estaba haciendo un mortal adelante y me hice un esguince de primer grado en el tobillo derecho y tenía una presentación para ese tiempo y no podía hacer ciertas cosas porque se lo impedía, pero aun así iba a los entrenamientos y no significaba que estuviera lesionado que no podía seguir entrenando.	continua porque le gusta y siente que puede hacer nuevas cosas y llegar a fortalecer mucho esa habilidad que sería la acrobacia.	No estoy muy seguro de lo que quiere ser, pero me gustaría ser un gimnasta artístico profesional.
2	Sergio Esteban Calle Villegas	No ha tenido anécdotas	Si	Bueno, usted les explicara, yo estaba haciendo una rondada mortal y pues caí de cabeza, literalmente de cabeza y pues quede bastante afectado ese día y ya.	porque esto es lo que le gusta, lo que me llena, con lo que quiere salir adelante, con lo que quiero para mi futuro.	No sé, uno de los mejores en acrobacia en el mundo circense, quiero ser uno de los mejores. No sé, por muchísimas cosas que no sé cómo explicarles, primero que todo quiero conocer muchísimas partes del mundo, sé que por este medio podrá lograrlo, segundo que todo, pues es lo que lo que me hace feliz y es lo que quiero para siempre, para toda la vida.
3	Laura Catalina Álvarez López	¿Anécdota?, no, yo me acuerdo una vez que estábamos en séptimo y habían puesto una malla de esas verdes porque estaban arreglando algo y yo no sé qué le dio y se creyó que era Superman y quiso pasar por encima de la malla y llego y paso, y obviamente no alcanzo y se pegó severa arrastrada por todo el patio y era descanso.	Si	Es que no salte, estábamos saltando en el minitramp y no salte, salte muy cerca al minitramp y me pegue en mi dedito y no pudo saltar.	Porque ya me paso el dolor ya me puse a saltar.	Tengo barias opciones, quiere ser socióloga, filosofa y psicóloga. porque todas tienen que ver con la persona, con el ser humano.
4	Diego Emilio Garzón Sierra	Anécdotas con el no pues, una vez una clase en donde estaba explicándole un truco, los nervios todo, pues el truco, no falló, pero alcanzo a lastimarse un poco, pero nada relevante y me causo mucha risa su cara de susto, pero si es una experiencia que me acuerda de él y como de esos cambios que han venido ocurriendo.	Si	Sí, claro, pues considero yo en cuanto a mi experiencia me caí por falta de concentración, que paso, pues bueno una de las experiencias más claras fue en una cama elástica compartiendo con algunos compañeros elementos acrobáticos, por falta de concentración me salí, me iba a salir del aparato, pues entre gritos y cosas pues que me iba a salir, me aferre de un borde de la cama elástica y un resorte, una punta de un resorte de la cama elástica me abrió un dedo y pues tuvieron que cogerme puntos y pues fue una experiencia dolorosa y pues fue a causa de eso de no seguir instrucciones y no estar concentrado.	Por qué Continúe, porque fue una decisión tomada mucho antes de que esto sucediera y pues mi estilo de vida, la decisión de profesión que tome en mi vida y pues son cosas que uno sabe que pueden pasar.	En estos momentos quiero ser artista de circo, artista profesional de circo y pues a futuro pues poder compartir estos conocimientos ya pasar de ser un artista, o bueno no pasar sino seguir como artista, pero ya no como una artista en cuanto a la parte de presentarme escénica, sino también ya a la parte formativa ser también un formador.
5	Tatiana Quevedo	Wow muchas, de pronto cuando era más pequeño, que, pues no comía casi y yo me le comía la comida, entonces yo lo convencía de que no había necesidad de comerse todo porque a mí me gustaba comer entonces yo me le comía todo				
6	Luz María Correa Correa	Anécdota- Cuando estaba pequeño se me salió del apartamento y para mí eso fue terrible, no lo encontraba por ningún lado tenía como que como tres añitos y pues fue algo muy, yo no dije se me perdió, duramos como cuatro horas buscándolo y pues el niño estaba metido en un apartamento eso fue algo con lo que yo haya sufrido.				Él quiere, está mejor dicho obsesionado en hacer gimnasia, él quiere que lo inscriba en gimnasia, y desea, mejor dicho, ese es el sueño de él.

Preguntas Adicionales				
#	**Nombre**	**¿Qué has aprendido en el proceso?**	**¿Que sientes al interactuar con las otras personas?**	**¿Qué crees que le puedes brindar o enseñar a Cristian en cuanto a su comportamiento?**
1	Oscar Felipe Prada Correa	Más responsabilidad, más disciplina frente a las cosas, pues ya que tengo que cumplir con mis tareas, con mis trabajos con el colegio, y la casa, para poder venir a entrenar, como yo quiero.	En lo social, pues más como ayuda, digamos Cristian, que acaba de entrar ayudarle para que entienda y ayudarle a lo que le gusta, que en este momento seria OPALAS.	Yo a él, ser más disciplinado, responsable con sus cosas, digamos que le coja más amor a lo que hace, que si va hacer algo que lo haga por que le gusta, y no porque lo obligan.

Análisis del Investigador						
Entrevistados	**Edad**	**Parentesco**	**Barrio - localidad**	**de donde es?**	**Con quienes vive?**	**Como conociste a Oscar?**
Las encuestas fueron realizadas a seis personas que hacen parte del entorno del joven Oscar Felipe Prada Correa	la mayoría de las personas encuestadas se encontraban en un rango de edades de 15 a 23 años y su madre que tienen 49 generando diferentes comentarios y observaciones en cuanto al desarrollo prosocial, las habilidades acrobáticas y físicas.	Entre los encuestados se encuentra su madre y hermana, una compañera del colegio, Un formador del colectivo Opalas, y un compañero del semillero de Opalas.	La totalidad de participantes vive en la localidad Rafael Uribe Uribe en las upz 54 Marruecos y 55 Diana Turbay	Su madre es de origen Boyacense, el compañero del semillero viene de Manizales, y el resto de encuestados, su natalidad es Bogotana.	Solo se realizó la entrevista a una compañera del colegio, que permitió la observación de diferentes aspectos importantes para este estudio de caso, el resto de personas ya son de edades diferentes a las de él generando comentarios que fuero más puntuales en cuanto a su comportamiento y crecimiento como sujeto social, en cuanto a lo físico- motriz y crecimiento como persona.	Las personas encuestadas mencionan que fue gracias al colectivo Opalas o sus entrenamientos el motivo por el cual conocieron a Oscar.
Descripción de Oscar	**¿Cómo lo ven?**	**¿Qué espacios compartes adicionales con él?**	**¿crees que tienen algo en común?**	**¿Cómo crees que lo ven los demás?**	**Que es lo que más gusta o admira de Oscar**	**Que no les gusta de él**
Los encuestados lo reconocen como un joven responsable, comprometido y aplicado para lo que se propone, además que ha fortalecido diferentes lazos en lo social, generando diferentes interacciones con los demás, ya que antes de ingresar al proceso, o caos de estudio era una persona con dificultades para las relaciones personales.	Los encuestados perciben a Oscar como un joven educado, atento y responsable, que brinda los conocimientos que va recibiendo y que ha cambiado su forma de comportarse en la casa, ya que ahora no se centra en la televisión, sino en otras cosas como lo es el deporte, sus labores del hogar y su proceso formativo en el colegio.	Otro proceso que se identificó que ha sido de gran importancia para el fortalecimiento de sus conductas prosociales ha sido el deporte taekwondo que lo ayudo a equilibrar sus pensamientos. Los espacios que frecuenta Oscar en si son la escuela de taekwondo, el proceso de formación en Opalas, el colegio y en su hogar comparte diferentes espacios con su familia como lo es cine, la universidad de la hermana y diferentes posibilidades que se generan en el momento en que su hermana lo lleva a compartir en espacios universitarios.	Generalmente se identificó en los encuestados que lo que se tenía en común era el gusto por las artes y el deporte, al frecuentar los espacios y la importancia que le ven para su desarrollo personal.	Los encuestados tienen una buena impresión de Oscar ya que lo ven como un joven disciplinado, responsable, amistoso y atento para hacer lo que se propone.	Los encuestados admiran su comportamiento, ya que es un chico centrado y organizado, generando proyecciones para su vida.	No se detectó nada que afectara o les incomodara a los encuestados, sobre lo que compete a Oscar P.

Que puede mejorar	**Como lo ven antes de la acrobacia**	**Después de la acrobacia?**	**Que es la acrobacia para Oscar?**	**¿Crees que tienen algún secreto entre ustedes dos?**	**¿Has tenido alguna anécdota con él?**	**Alguna vez te has caído**
Los encuestados reflejan diferentes puntos de vista, de los cuales puedo evidenciar los cambios que ha tenido Oscar, que no solo se han debido a su cambio hormonal, sino también a la separación de sus padres, motivo por el cual se desestabilizo, pero que gracias a los procesos formativos en deportes ha podido superar y generar diferentes proyectos de vida.	Antes de recibir este proceso Oscar era una persona inestable por diferentes factores que lo afectaron, como lo fue la separación de sus padres, y que su madre ha trabajado la mayor parte del tiempo generando momentos más difíciles para él ya que se encontraba en el estrés que genera el cambio hormonal por la etapa de la adolescencia, generando un aislamiento que no le permitía interactuar o compartir con otras personas.	La acrobacia, o para ser más puntual, las habilidades acrobáticas han generado enormes cambios en Oscar para su bienestar, no solo a nivel personal (salud, motriz, físico) sino con mejoras prosociales, y proyecciones para su vida.	Ahora la acrobacia para Oscar se ha convertido en algo fundamental para su vida, queriendo convertirse en deportista de alto rendimiento, también lo ve como un proceso de aprendizaje en el cual se comparte, se interioriza la necesidad de cuidado en ello el respeto por sí mismo y los demás a la vez la necesidad de la responsabilidad y disciplina que son importantes no solo para estos deportes, sino para la vida en general.	No se evidencio nada relevante que no se mencionara con anterioridad.	En cuanto a las anécdotas puedo mencionar que Oscar ha sido protegido por su hermana y madre, generando una confianza agradable que le permite superar diferentes altercados o problemas que vayan ocurriendo en su vida, protegido por su núcleo familiar y generando nuevos lazos de amistades.	Oscar es una persona resiliente, con capacidad para superar las cosas y aprender de ellas.
Caídas o accidentes en la acrobacia	**Por qué continuaste?**	**¿Qué te gustaría ser?**	**Qué esperas de Oscar?**	**Que has aprendido en el proceso?**	**Que sientes al interactuar con las otras personas?**	**Que crees que le puedes brindar o enseñar a Cristian en cuanto a su comportamiento?**
Oscar como se mencionó anteriormente tiene la fortaleza para superar problemas y continuar con su vida, sin quedarse arraigado a el pasado.	La libertad de hacer lo que se quiere es de gran importancia para un buen desarrollo social y humano permitiendo construir su humanidad sin ser afectado por el sistema al tener que vincularse en programas o ofertas que no son de su total agrado y se deben realizar para generar un sustento económico.	Oscar está rodeado de un grupo de personas que están interesados por el arte, abriendo múltiples posibilidades para su proyecto de vida, en este caso queriendo ser un deportista profesional, o diseñador gráfico.	Su madre como la de la mayoría de personas quiere verlo cumplir sus sueños sin importar su decisión.		Oscar ha compartido diferentes conocimientos con los chicos que participan en el proceso de formación circense de Opalas apoyando a sus pares y los más pequeños brindando sugerencias para mejorar su técnica y comportamiento en el grupo.	

Anexo 5. Filminuto

https://www.youtube.com/watch?v=4X3RuSdn8fQ&t=16s

Anexo 6. Carta Escrita por Óscar sobre su proceso

Mi nombre es Oscar Felipe Prada Correa Vivo en Bogota en un barrio llamado Cerros de Oriente mi historia en la acrobacia empezo conociendo el Grupo de Opalos quienes un dia fueron a mi Colegio dando a conocer su grupo en su momento dieron toda la información para poder entrenar con ellos y poder aprender todo lo que ellos sabian. Al principio no conocia muchas de las Cosas sobre la acrobacia y poco a poco fui aprendiendo a hacer elementos más avanzados.

Me empezo a gustar la acrobacia por la dificultad y Variedad de elementos ya que no era muy comun de Ver tambien por no ser el mismo deporte de Siempre como el futbol. Fui aprendiendo a través de los elementos más basicos para poder ir avanzando tanto en la dificultad del elemento como en la tecnica con la cual se realizaba, Practicaba 3 dias a la Semana a veces tenia que Trampolin, Suelo o Ambos la mayoria de veces calentaba y ayudaba a alistar el material para poder empezar con la parte acrobatica, Uno de los elementos que se me llego a complicar más que los otros era la parada de manos pero con la ayuda del profesor Andres fui Corrigiendo poco a poco mi postura en la misma.

Tiempo despues me empezo a interesar el deporte de la Gimnasia Artistica. Un dia empece a investigar todo sobre ese deporte de como era y donde practicaba hay me di Cuenta que en la Unidad deportiva del Salitre hay una Liga de Gimnasia. Despues de un año pude empezar a practicar pero solo puedo entrenar los Sabados y Domingos ya que la mensualidad es de 145.000 más los transportes que gasto cuando Voy. esto fue y es algo duro ya que antes no tenia que pagar por la disciplina que queria entrenar entonces fue cuando empece a buscar trabajo los dias entresemana los cuales tenia tiempo, para poder ayudar con una parte de los gastos de la Gimnasia. Tengo el Sueño de Ser Gimnasta Olimpico mi familia me ve como un Chico disciplinado que le pone empeño a las Cosas que le gusta las personas que siento que más me apollan son mi mamá y mi hermana ya que ellas son las que me ayudan pagando la mensualidad.

Tuve mi primera Competencia de Gimnasia en la Cual tenia que hacer unos esquemas Segun mi Nivel asignado en Cada uno de los 6 aparatos, Gane 4 medallas 1 de Oro 1 de plata y 2 de Bronce Cada medalla es de Cada aparato. Para poder cumplir mi Sueño tengo que Seguir practicando y Seguir dando todo para Ser el mejor Gimnasta mi inspiracion es poder llegar a Ser Gimnasta Olimpico y mi familia ya que son las personas que me enseñan que por más obstaculos se pueden lograr los Sueños.

Mi formacion en Opelias y con la ayuda del proyecto del profesor Andres me han enseñado la responsabilidad y disciplina que se tiene frente a algo, me ayudan a avanzar y ser mejor como persona y deportista.

"