

ENTRAMANDO

CORPOREIDADES

REVISTA DIGITAL N° 1

Agosto 2023





AUTORIDADES

Director:

Prof. Rubén Quiroga

Coordinador de Formación Inicial:

Lic. Luis Constantini

Coordinador de Carrera:

Prof. Hugo Cervero

Coordinadora de Formación Permanente:

Lic. Mariana Gigena

Coordinador de Investigación y Extensión:

Lic. Facundo Sepúlveda

Secretaría de Estudiantes:

Prof. Silvana Lorena Cabrera

Claustro Docente:

Prof. Wendalina CARLOS

Lic. Mariana GIGENA

Prof. Jorge TRIPOLATTI

Prof. Pablo TAPIA

Lic. Angélica Romani

Prof. Sergio Tassara

Prof. María Caccamo

Prof. Oscar González

Claustro Egresados:

Prof. Antonio Militano

Prof. Agustín Frantz

Claustro Estudiantes:

Carnevale Romani Pedro

Chiara Antonella

Anducen Matías Javier

Nuria Nieves





ENTRAMANDO CORPOREIDADES *Departamento de Investigación y Extensión*

Equipo Editorial:

Anl. Sist. Mileva Honcharuk

Mg. Daniela Ciccioli

Lic. Angélica Karina Romani

Instituto de Formación Docente Continua en Educación Física

Bv. Ayacucho 1093 - Viedma

Río Negro. Argentina

Código Postal 8500

ISSN 3008-7481

Entramando Corporeidades es una publicación semestral y forma parte del Proyecto de Extensión: "Revista electrónica de Divulgación del IFDC de Viedma"

Esta revista se encuentra online en: <https://ifdviedma-rng.infod.edu.ar/sitio/revista-academica-entramando-corporeidades/>

ENTRAMANDO CORPOREIDADES sostiene su compromiso con las políticas de Acceso Abierto a la Información científica, al considerar que tanto las publicaciones científicas, como las financiadas con fondos nacionales y las académicas, deben circular en Internet en forma libre, gratuita y sin restricciones.

Los contenidos y opiniones expresados en los artículos publicados son de entera responsabilidad de sus autores y autoras.



Quienes publiquen en ENTRAMANDO CORPOREIDADES conservan los derechos de autor y ceden a ésta el derecho de la primera publicación, bajo la licencia Creative Commons Atribución (CC BY 4.0 internacional)

IFDCEF - VIEDMA

Seguinos en





Palabras Iniciales

Equipo directivo: Prof. Rubén Quiroga y Lic. Luis Constantini

Como Equipo de Gestión vemos con agrado y expectativa esta iniciativa de contar como Institución con una Revista Digital.

Consideramos que, para el Instituto, esta revista se suma como una nueva herramienta que promueve un espacio en donde docentes, estudiantes y egresados puedan participar y compartir experiencias, construcciones de saberes pedagógicos, informar acciones relevantes, y todo aquello que surja como aspecto de interés.

También lo vemos como un escenario de articulación y entramado de experiencias a partir de las funciones académicas en cuanto a la Formación Inicial, la Formación Permanente, la Investigación y la Extensión, promoviendo y fortaleciendo así la vinculación con las Instituciones Educativas y las Instituciones Socio-comunitarias en donde nuestra profesión se desarrolla.

Destacamos y agradecemos el compromiso y la participación laboriosa del equipo de docentes que conforman el comité editor, y de aquellos y aquellas que participan en la publicación de los distintos artículos.

"Lo que importa por sobre todo es que es la escuela como totalidad la que debe plantearse un proyecto que, siendo coherente con las concepciones de estructura y sistema, sea algo más que el resultado de la suma de las partes o acciones... Cuando hablamos de proyectos institucionales partimos de la base de que involucran todos aquellos aspectos de la vida de la institución escolar e incluyen a todos los actores. Por ello, somos conscientes de que tanto la elaboración colectiva como la puesta en marcha de Proyectos Institucionales actualmente constituye un verdadero desafío para cualquier institución educativa"
Ruth Harf. (2018) *Educación con coraje.*



Mtr. Daniela Ciccioli, Anl Sist. Mileva Honcharuk y Lic. Angélica Romani

Historias de vida, romances, noticias de actualidad, chistes, notas de opinión, chismes.... En un pasado no muy lejano y en exclusivo formato papel, la salida de un nuevo número de una revista, llenaba de emoción y de expectativas a las y los lectores. Era uno de los pocos vehículos de acceso al conocimiento del otro/a, y de lo otro. Hoy proliferan tantos canales de producción y circulación de contenido, que el sentido de la existencia de una revista, desde formatos y vías de acceso renovados, es diferente y variado.

¿Cuál sería el sentido de una revista digital en Educación Física? ¿Cuál sería el sentido de diseñarla y divulgarla desde el Instituto de Formación Docente?

La revista digital, es un dispositivo que interpela a toda la comunidad del Instituto, a visibilizar diferentes formas de intervención de los saberes específicos de la Educación Física, y nos invita a interactuar en la construcción de conocimientos y a colaborarnos en las maneras de comunicar aquello que creemos tiene un valor formativo para potenciales lectores. Cobra valor porque es nuestra, y porque nos interpela. Porque es una experiencia que no habíamos recorrido antes, y precisamente por esa razón, nos invita a aprender en el camino.

Es nuestra, porque la hacemos entre todos y todas, porque traducimos nuestras experiencias, porque nos colaboramos y entrecruzamos miradas en relación con lo escrito. Es nuestra porque entretejemos redes en muchas direcciones, pero sosteniéndonos en el proceso.

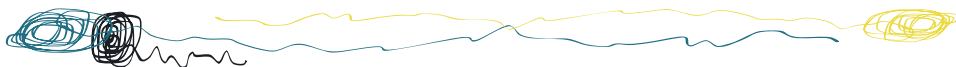
Nos interpela, porque es una manera de impulsar la producción de saberes académicos toda vez que nos invita a indagar desde la curiosidad y el deseo en torno al saber, nos alienta a recrear maneras de comunicar lo que aprendemos, lo que nos pasa, y como nos sentimos con lo que nos pasa. Nos atraviesa, porque nadie crece tanto, como el que escribe y nadie aprende tanto, como el que enseña lo que sabe.

Por eso pensamos esta aventura de escribir como una invitación abierta, que no es privativa de quienes reúnen antecedentes o una amplia trayectoria como escritores, sino como un derecho y una oportunidad para quienes quieran aprender.

Finalmente, al materializar en la escritura, las experiencias y los conocimientos que vamos produciendo, nuestras acciones ya no quedan en el anonimato, sino que se transforman en registros o repositorios positivos que se recuperan y se comparten. Esperamos que las y los lectores no solo se enriquezcan con cada aporte, sino que se contagien del deseo de escribir y que nuestro instituto, como versa la reconocida película, se transforme en un semillero de "escritores de la libertad", que, en definitiva, es una forma de compartir vida. Vale recordar las preguntas provenientes de las voces de Skliar y Brailovsky (2015), preguntas que compartimos en el boletín de presentación de la revista durante diciembre del año pasado:


"Más allá de toda discusión sobre lo nuevo, lo novedoso, lo actual y lo contemporáneo en el lenguaje, aún las preguntas esenciales suponen un temblor siempre presente: ¿Hay algo para decir? ¿Hay algo para escribir? ...Y aún más: si la cuestión es apenas un problema de quién y qué se emite, ¿hay alguien del otro lado que escuchará y leerá? ¿Alguien que, simplemente, desee una detención, una pausa?"

Las editoras de esta revista, estamos convencidas de que la respuesta es un categórico: ¡SI! es por ello que les invitamos a comenzar a entramarnos entre ideas, palabras, imágenes... que ruede el ovillo!



Prólogo

En el primer número de Entramando Corporeidades, vamos a encontrar un abanico temático que va desde experiencias entramadas, a vivencias memorables.

 Comenzamos este número con dos experiencias de trabajo en interdisciplina. Mileva Honcharuk narra una experiencia que se desarrolló en junio de 2021, etapa post pandemia, y puso en valor el trabajo cooperativo entre Educación y Tic, Investigación Educativa y Deportes Psicomotrices en el cuarto año, tendiente a generar un conocimiento colectivo que consistió en el diseño de situaciones educativas concretas, enriquecidas y/o mediadas por recursos digitales. Desde un entorno educativo que alojó a los participantes, el Zoom de la cuenta institucional, se presentaron y ejercitaron diferentes herramientas para procesar información propia de las clases de Educación Física. Las escenas descriptas revelan un encuentro ameno y pensado para promover el aprender entre todos.


En la segunda experiencia, Gustavo Carnevale presenta "Prácticas Compartidas", que se propone como un dispositivo pedagógico para la construcción de saberes en interdisciplina. En esta experiencia se articuló el enfoque del Campo de las Prácticas, con el Campo de la Formación General y Específica. Los docentes de estos campos, compartieron el acompañamiento de los estudiantes en diversas prácticas en las escuelas asociadas. Se concretaron observaciones y devoluciones a los residentes desde diversos marcos epistemológicos, promoviendo la reflexión sobre la acción en situaciones complejas e imprevisibles para el desarrollo de competencias vinculadas al rol docente. Los resultados permiten deducir que más que una experiencia aislada, es un punto de partida para revisar los modos de abordar los saberes en la formación.

Braian Richmond nos invita a pensar de manera profunda en el modo en que el ser humano al buscar la felicidad, participa con otros en un entramado social cuyo orden es preciso analizar y transformar críticamente. Explica que el bienestar humano y del ambiente son dos caras de una misma moneda y que la promoción de las actividades físicas, en lugar de responder a mandatos hegemónicos, tiene que ser desarrollada desde la niñez de una manera emancipadora y sostenible. Su análisis pone en perspectiva algunas finalidades y sentidos que se le concede a las prácticas motrices, y denuncia que el fortalecimiento de la escuela pública, a pesar de que se propone como escenario privilegiado para la inclusión, es aún una materia pendiente. Los matices de este artículo invitan a una lectura pausada y meditada.

Matías Scavo, confirma la perspectiva holística del funcionamiento del cuerpo humano. Explica el modo en el que la ciencia descubrió la interdependencia que existe entre el trabajo muscular y su impacto en diversos órganos del cuerpo, entre los que se encuentra el cerebro. Describe la conexión/eje músculo-cerebro y el modo en el que el ejercicio físico sistemático activa su funcionalidad. Quien creyera que la musculación solo afecta la apariencia, va a sorprenderse con el potencial oculto de las mioquinas...

Dos estudiantes de la casa, Carolina Caullan y Richard De Mora, cierran esta edición desnudando el caudal de emociones y sensaciones que los recorren en su último año de formación inicial. Relatan cómo desde la unidad curricular de Educación para el Tiempo Libre elaboraron un proyecto para orientar e integrar a los ingresantes del primer año rompiendo paradigmas del pasado y empleando saberes de varios espacios curriculares. Diseñaron una Eco travesía que fomentó el trabajo en equipo, la comunicación y el respeto. Vale la pena leer cada detalle por el sentido que le dieron a una actividad que puso en valor la formación, promovió la unidad y el desarrollo de identidad. Imperdible.

Contenido

- 
- 8** Buenos aprendizajes hilados en escenarios educativos heterogéneos
Anl. Sist. Mileva Honcharuk
- 15** Prácticas compartidas
Lic. Gustaavo Luis Carnevale
- 20** Educación Física y bienestar social.
Lic. Brian Richmond
- 25** Eje músculo-cerebro...un acoplamiento saludable...
Lic. Matías Scavo
- 29** La fiesta de Bienvenida
Est. Carolina Caullan - Richard De Mora

Buenos aprendizajes hilados en escenarios educativos heterogéneos



Anl. Sist. Mileva Honcharuk - Docente de Educación y Tic y Didáctica General del IFDCEP

Durante el mes de junio del año 2021 desde la unidad curricular Educación y Tic se invitó a los docentes de Investigación Educativa, Prof. Facundo Sepúlveda, y a los docentes de Deportes Psicomotrices I, Prof. Hugo Cervero y Eduardo Cobos, a entramar una sesión educativa con los estudiantes de 4to A y 4to B, del IFDC en Educación Física de Viedma, Río Negro.

La propuesta se inicia invitando a compartir una clase entramada, articulada y diseñada colaborativamente en la que, la interacción entre los docentes mencionados y aproximadamente 80 estudiantes, impactó positivamente y sirvió para el desarrollo de aprendizajes significativos.

Este artículo desarrolla los principales rasgos de la experiencia, a saber: los propósitos o lineamientos orientadores; las categorías teóricas que sirvieron de sustento de la definición de la propuesta y a partir de los cuales se invita a quién lee a analizar, cual lupa epistemológica, la experiencia educativa que se narra posteriormente, y finalmente, una breve conclusión que ofrece argumentos sólidos para que la institución diseñe con mayor frecuencia escenarios educativos heterogéneos, enriquecidos, flexibles y diversos, como estrategia institucional para el desarrollo de buenos aprendizajes.

Los propósitos de la clase entramada que se propuso, se orientaron a:

- ✓ Resignificar el valor pedagógico y didáctico del escenario educativo heterogéneos emergente de la postpandemia.
- ✓ Promover buenos aprendizajes en los y las estudiantes en torno al diseño de situaciones educativas enriquecidas y/o mediadas por los recursos digitales propuestos desde Educación y Tic.

✓ Propiciar la interdisciplina como una estrategia de abordaje de contenidos y sobre todo como una característica intrínseca de la construcción del conocimiento colectivo.

✓ Mostrar a los y las estudiantes, desde una experiencia concreta, el valor del trabajo cooperativo y interdisciplinario.

A continuación, se desarrollan brevemente los tres supuestos teóricos estructurantes del diseño y la puesta en escena de la experiencia:

Los escenarios educativos heterogéneos en los términos de Rebeca Anijovich

Rebeca Anijovich (2022) en su libro “Gestionar una escuela con aulas heterogéneas” invita a realizar un ejercicio de imaginación que abren e inspiran nuestras mentes para disponer, a partir de lo existente, otros modelos de interacción con los espacios educativos. La autora se pregunta: *“¿es posible imaginar un ámbito físico diferente para la escuela? Pensemos que no solo es posible, sino necesario”*. Señala que la organización de los espacios internos y externos, la distribución de los tiempos y las modalidades de encuentros entre los integrantes de la escuela forman parte, entre otros aspectos, del proyecto de una institución educativa. Tomando las palabras de la autora quién define a la institución educativa como un “todo-espacio de aprendizaje” en este artículo se considera la configuración compleja que requiere hoy el escenario educativo contemporáneo. Entonces, la invitación es pensar como posible enseñar y aprender en el aula (en tanto espacio físico arquitectónico), aprender en la biblioteca, en el patio, en las aulas virtuales y en los entornos interactivos digitales contenidos en los dispositivos móviles.





Anijovich (2012) señala que: “El espacio, definitivamente, no es neutro... es por ello que de forma silenciosa la escuela enseña y puede impedir o facilitar formatos alternativos, dificultar o promover la movilidad y el encuentro, restringir o permitir las simultaneidades [...] ser permeable o introvertida, transparente o hermética, activa o contemplativa, sensible o indiferente, contribuir al ejercicio del control o habilitar condiciones para actuar en libertad”.

La enseñanza entramada como propuesta de enseñanza enriquecida de

Mariana Maggio

Los escenarios educativos enriquecidos son aquellos donde *“la inclusión de nuevas tecnologías en la enseñanza se produce en formas complejas, que requieren un compromiso enorme, habilidades tecnológicas específicas y una clara comprensión del sentido de esas incorporaciones en relación con la enseñanza y lo que se busca promover en términos de conocimiento”*. Maggio (2012). La autora, nos invita a preguntarnos: *“¿para llegar a niveles cognitivos sofisticados la tecnología es imprescindible?, su respuesta es: Sí!* Argumentando: *“especialmente en lo referido a los procesos de colaboración con otros y en la externalización de la producción, los entornos tecnológicos crean oportunidades inéditas y es allí donde me permito afirmar que la tecnología sí es imprescindible”*. También propone comenzar desde la formación docente inicial, proponiendo a los y las futuros docentes actividades de aprendizaje entramadas y enriquecidas con tecnologías. Entramadas en diferentes direcciones, por un lado, aceptando de una vez por todas que *“las nuevas tecnologías de la comunicación y la información están entramadas en dos cuestiones claves para la educación contemporánea: los campos disciplinares, donde reconocemos un entramado de tipo epistemológico, y la subjetividad de los niños y jóvenes, donde reconocemos un entramado de tipo cultural. Si la enseñanza niega en la configuración de sus propuestas estos entramados que atraviesan, al mismo tiempo, el*

conocimiento y a los sujetos de la enseñanza, entonces probablemente, su sentido sea escaso”.

La cátedra de Educación y Tic, adhiere a estas ideas de la autora y transforma sus aportes, en experiencias en las que la función pedagógica y el valor didáctico de las tecnologías, se descubre, se describe y se desarrolla en estrecha relación con el conocimiento experiencial, operativo y cotidiano que portan los y las estudiantes.

Los buenos aprendizajes desde la perspectiva de Juan Ignacio Pozo

Según Pozo (2016), cada sociedad organiza el aprendizaje en función de los usos que se hacen en ella del conocimiento y que acaban por conformar sus metas educativas. De hecho, sostiene Pozo, podría decirse que la socialización no solo consiste en un aprendizaje de la cultura sino también en adquirir una cultura de aprendizaje propia, una forma característica de apropiarse de todos esos productos culturales. Pozo afirma: *“hoy sabemos que no se aprende igual en todas las sociedades. La evolución y el cambio social han traído diferentes formas de aprender”*. El autor sostiene también que hay una geografía del aprendizaje, culturas de aprendizaje diferentes en distintas provincias, regiones y países. Esas diferentes culturas acaban generando una manera propia de relacionarse con el aprendizaje (de favorecerlo, promoverlo, organizarlo, evaluarlo, etc) que acaba por formar parte de la mentalidad compartida en esa sociedad, ese conjunto de creencias que damos por supuestas, que nunca ponemos en duda, que conforman nuestro “sentido común”. En su trabajo Pozo propone como punto de partida, para reconocer nuestras ideas de sentido común sobre el aprendizaje. Pozo, citando a la RAE, comparte la definición de aprendizaje en su versión impresa: Aprender es: “Adquirir el conocimiento de algo por medio del estudio o de la experiencia” y “grabar algo en la memoria”. Pozo advierte que: *“Estas definiciones nos orientan ya sobre algunos de los supuestos implícitos que subyacen a nuestra concepción cultural del aprendizaje...”* [concepción que]... *“no se corresponde mucho con el concepto que surge de la investigación reciente en el marco de la nueva ciencia del aprendizaje”* y también





señala que es riesgoso basarse en “creencias de sentido común” a la hora de superar dificultades de aprendizaje.

Por ello, el autor sostiene que es necesario asumir una visión más compleja y acudir a las psicologías del aprendizaje y sus investigaciones para conocer mejor qué es el aprendizaje y así estar más preparados y preparadas como docentes para acompañar a los y las estudiantes en el proceso de desarrollo de sus aprendizajes.

Figura 1: ¿Qué es aprender?



Fuente: Ahora educación. El buen docente, Paulo Freire. (21/07/2021). En: www.ahoraeducacion.com

Relato de la experiencia

Etapas de diseño previo:

Como se anticipaba anteriormente, esta experiencia consistió en una clase virtual compartida entre 3 unidades curriculares: Deportes Psicomotrices I, Investigación Educativa y Educación y Tic. El encuentro se definió para el martes 8 de Junio en el horario destinado a la clase de Educación y Tic. El entorno educativo donde se desplegaría el encuentro y que alojaría a los y las participantes sería Zoom con la cuenta institucional que permite grabar la sesión y no tiene límite de tiempo.

Los medios de comunicación utilizados por el grupo de docentes fueron: el correo electrónico, llamadas telefónicas y el WhatsApp.

De todos ellos, la plataforma WhatsApp ofició tanto como medio de comunicación, como entorno que alojó las prácticas educativas desplegadas entre la docente de Educación y Tic y el grupo de estudiantes de ambos cursos durante todo el cuatrimestre. Allí se compartieron materiales educativos y se dialogó en torno a los

Entonces, Pozo, (desde la psicología del aprendizaje), propone asumir una visión más compleja y diversa de lo que es aprender que se aleja bastante de los supuestos de las creencias de sentido común y de algunas tradiciones académicas. Pozo ofrece una definición compleja que se nutre de diferentes vertientes:

“El buen aprendizaje es un cambio relativamente permanente y transferible de conocimientos, habilidades, actitudes, emociones, creencias, etc, de una persona como consecuencia de sus prácticas sociales mediadas por ciertos dispositivos culturales”
(Pozo, 2016)

trabajos colaborativos realizados por los y las estudiantes.

También ofició como espacio de diálogo para realizar la evaluación global de la experiencia compartida en el cuatrimestre. Para esto, la docente elaboró un protocolo de comunicación y se realizaron acuerdos en base a los fundamentos de la comunicación no violenta[1].

El fundamento por el cual se eligió esta plataforma para mediar el diálogo didáctico fue su disponibilidad para los estudiantes que contaban con poca o nula conectividad y/o no tenía acceso a computadora, netbook o notebooks.

Una vez acordados los contenidos a abordar, como docente de Educación y Tic escribí el guion de la clase y la compartí con el equipo de docentes participantes. Se acordaron los momentos de presentación de cada herramienta digital y el rol de cada docente en dicho momento. Así se pautó que: como docente de Educación y Tic yo las herramientas y/o recursos digitales. Luego cada docente desde su área del conocimiento mostraría ejemplos de aplicación de dichos recursos en ese campo del conocimiento.

[1] **Comunicación no violenta** es aquella en la que el lenguaje empleado no hiere ni ofende ni a los demás ni a nosotros mismos. Según Rosenberg la “violencia es la expresión trágica de necesidades no satisfechas”





Finalmente, la sesión terminaría con:

1. La presentación de la Ficha de Cátedra elaborada conjuntamente: Recursos digitales para enriquecer la enseñanza en el campo de la educación física.
2. Un encuadre que permitiría a los y las estudiantes comprender cómo poner en juego los contenidos abordados durante esta sesión en el ensayo colaborativo que estaban trabajando como instrumento de co-evaluación del Taller de Educación y Tic.

Momento de la acción:

El día martes 8 de Junio del año 2021 la comunidad de aprendizaje integrada por: los y las estudiantes de 4to año (A y B), la docente de Educación y Tic, los docentes de Deportes Psicomotrices I y el docente de Investigación Educativa y de las Actividades Físicas, del profesorado en Educación Física, nos encontramos en la sala de Zoom del Instituto de Formación Docente en Educación Física para vivenciar una experiencia de aprendizaje colectivo donde todos y todas nos dispusimos a aprender. En la etapa de diseño se pensó compartir un encuentro de 1 ½ hs y finalmente fueron más de 2hs de co-aprendizaje. Es oportuno señalar que, en ese momento, la docente de Educación y Tic se encuentra viviendo en el Balneario El Cóndor, los docentes de Investigación Educativa y de Deportes Psicomotrices I en la ciudad de Viedma y los y las estudiantes en diferentes localidades de la provincia y del país.

A la hora pautada se abrió la sala de Zoom y en pocos minutos las pantallas se llenaron de rostros con sonrisas y algunos comentarios sobre el partido de Colombia y Argentina que comenzaría en breve en el Estadio Metropolitano Roberto Meléndez de Colombia.



Sobre todo, los comentarios rondaron en la difícil decisión que debieron tomar algunos sobre priorizar la asistencia a este encuentro en lugar de mirar el partido. Luego de dar el espacio para este primer momento de encuentro afectivo se comienza de a poco a situar al grupo de participantes en los temas que nos convocan y los propósitos que nos reúnen.



En un primer momento, desde la pantalla de la docente de Educación y Tic se retoman los temas desarrollados previamente, temas vinculados al uso de la planilla de cálculos de Google Drive y la planilla de cálculos de uso local en los dispositivos. Se retoma también el tema del uso de formularios de Google Drive como recurso para la investigación educativa y la función docente.



Paso seguido, el docente de Investigación Educativa, Prof. Facundo Sepúlveda, desde su pantalla, despliega ejemplos de: Planillas de fichado bibliográfico y formularios de Google Drive empleados en investigaciones y plantea la necesidad del procesamiento de los datos obtenidos con alguna herramienta. Esto permite a la docente de Educación y Tic desarrollar algunas nociones básicas del procesamiento de datos cuantitativos con la planilla de cálculos y se deja explicitado que en una próxima clase se profundizará en las nociones de estadística descriptiva que están necesitando conocer para procesar los datos relevados.



Los y las estudiantes se muestran curiosos sobre el uso de la planilla de cálculos, manifiestan su desconocimiento y sobre todo dejan en claro su preocupación por la complejidad del análisis estadístico de los datos. Tanto el docente de Investigación Educativa como la docente de Educación y Tic les transmiten tranquilidad dado que es un tema que se abordará en forma conjunta durante el segundo cuatrimestre ya que en ese momento la docente de Educación y Tic se incorpora al espacio Curricular de Investigación Educativa en algunos momentos para compartir una nueva clase entramada que hará foco en esos temas.

luego el profesor Eduardo Cobos, docente de Deportes Psicomotrices I presenta desde su pantalla diferentes planillas de cálculos que utiliza tanto en el ámbito formal como no formal. Esto cautiva la atención de muchos/as estudiantes ya que logran anclar dichos usos a sus intereses intrínsecos. Este momento estaba pautado para ser desarrollado en 10 minutos y se le destinaron más de 30 minutos. Se decide poner a disposición del grupo de estudiante las planillas presentadas.



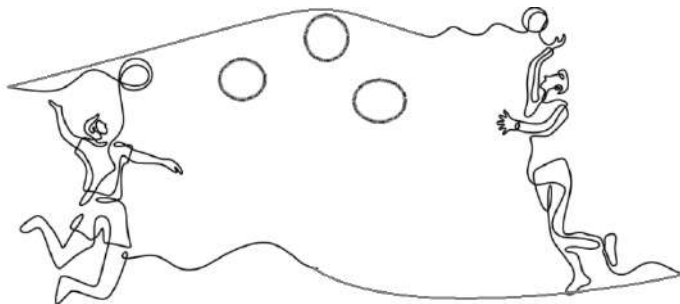
En un segundo momento, se presentan algunas aplicaciones móviles y recursos disponibles en los celulares que permiten enriquecer el diseño de situaciones educativas en el campo de la educación física. Se invita a los y las estudiantes a expresar qué otras aplicaciones conocen y/o han utilizado. A partir de este diálogo colectivo posteriormente se pudo nutrir más la ficha de cátedra sobre “Recursos digitales para enriquecer la enseñanza” y en la misma se dejó explicitado que la autoría era compartida entre los participantes de esta sesión de clase.

A continuación, desde Educación y Tic se presenta la herramienta Kinovea. Kinovea es un programa de software libre, gratuito y de código abierto para el análisis de vídeo. Inicialmente fue desarrollado para el análisis del gesto y técnica deportiva. También, es utilizado por entrenadores deportivos y atletas para explorar, estudiar o comentar una actuación. Actualmente, ha comenzado a ser utilizado por artistas de la animación, ingenieros y por otras áreas del conocimiento. Luego de la explicación desplegada desde Educación y Tic los docentes de Deportes Psicomotrices I valoran el recurso y comienzan a desarrollar diferentes ejemplos de aplicación en esta área de la formación. Algunos/as estudiantes cuentan que lo conocían y exponen cómo lo utilizaron.

Sin darnos cuenta, el partido entre Colombia y Argentina había terminado y alguien anunció que el resultado fue empate: 2 goles cada equipo. Luego de los comentarios alusivos al tema todos advertimos que habíamos compartido más de 2 horas de puro aprendizaje y que estábamos entusiasmados/as y también un poco cansados/as.



Figura 2: Cuando no s entramamos el conocimiento adquiere la característica líquida y circulante.



Fuente: Elaboración propia en base a imágenes tomadas de Vecteezy

Palabras final para continuar hilando saberes...

La experiencia narrada procura responder a una demanda contemporánea que hace la sociedad a la educación superior. Desde esta propuesta educativa se aceptó el desafío de dar respuesta a estas demandas culturales y de colaborar con el enriquecimiento de las nuevas configuraciones de los aprendices. Para ello se intentó promover la creatividad en estudiantes y fomentando nuevas habilidades y destrezas enmarcadas en una sociedad del conocimiento hiper informatizada. Se intenta no reproducir un modo de enseñanza mimético, sino colaborativo, prospectivo, reflexivo y relacional. En este sentido, el aporte de Valdeverde (2018) ofrece un marco teórico apropiado para cerrar este artículo con una reflexión sumamente actualizada:

"El tratamiento de esta cuestión empieza por delimitar las cualidades básicas que operan distintivamente en el encuentro entre la inteligencia humana y la artificial, las cuales pueden ser resumidas con la clásica dicotomía poiesis-mimesis (creación-imitación)"...

[...] *"Las diferencias existentes entre estos dos modos de conocimiento son importantes para orientar el andamiaje cognitivo que conviene a la educación del hombre que usa la máquina para educar, pues la mente humana se modela evolutivamente mientras que la mente artificial se modela con diseños previos; la lógica humana es sistémica (holística y cambiante) y la computacional es sistemática (cerrada y controlable)".*

Se considera que esta experiencia traza los andamiajes cognitivos necesarios y despliega textualidades novedosas y desafiantes que según Valdeverde (2018) produce huellas y retroalimentación infinita por lo tanto permite hilar en el entramado de entornos y saberes interdisciplinarios "buenos aprendizajes" en los términos de Pozo (2016).



Anl.Sist. Mileva Honcharuk

Analista de Sistemas Mileva Honcharuk
Docente de Educación y Tic y Didáctica General
en el IFDCEFRN.





Referencias bibliográficas:

Anijovich, R. (2022). Gestionar una escuela con aulas heterogéneas. Buenos Aires. Ed. Paidós.

Castaneda, L. et al (2018) "¿Por qué es necesario repensar la competencia docente para el mundo digital?" RED. Revista de Educación a Distancia. Núm. 56, Artíc. 6, 31-01-2018 DOI:

<http://dx.doi.org/10.6018/red/56/6> http://www.um.es/ead/red/56/castaneda_et_al.pdf

Maggio, M. (2012). Enriquecer la enseñanza. Buenos Aires. Ed. Paidós.

Pedró, Francesc (2016): Hacia un uso pedagógico efectivo de la tecnología en el aula: ¿Cómo mejorar las competencias docentes?, en Lugo, M. T.(Coord.) (2016): Entornos digitales y políticas educativas : dilemas y certezas, IIPE-UNESCO Sede Regional Buenos Aires. Disponible en: <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002458/245810S.pdf>

Pozo, J. I. (2016). Aprender en tiempos revueltos. Ed. Alianza.

Valverde, M. T. C. (2018). La comunicación argumentativa en la Sociedad del Conocimiento, clave del liderazgo distribuido para un cambio educativo desde el desarrollo profesional. Revista de Educación a Distancia (RED), (56).

Rosenberg, M. B. (2019). Comunicación no violenta: un lenguaje de vida. Gran Aldea Editores.

Recursos en línea:

ESPN (2021). Resumen del partido Argentina Vs. Colombia. Recuperado el día 1/5/2022 de: https://www.espn.com.ar/futbol/partido/_juegold/561059

VECTEEZY (2023). Dibujo continuo de una línea de jugador de fútbol profesional kick ball en acción aislado fondo blanco. ilustración gráfica vectorial de diseño de dibujo de una sola línea moderna. Vectores gratuitos. Recuperado el día 1/7/2023 de

<https://es.vecteezy.com/arte-vectorial/7104835-dibujo-de-una-linea-continua-del-jugador-de-futbol-profesional-kick-ball-en-accion-fondo-blanco-aislado-diseno-de-dibujo-de-linea-unica-moderna-ilustracion-grafica-vectorial>



Prácticas compartidas

Un espacio de formación inicial colectiva de Educación Física: desde una acción interdisciplinaria



Por Lic. Gustavo L. Carnevale - Docente Práctica Docente IFDCEF

Introducción:

La escritura de este artículo tiene la intención de compartir la experiencia realizada desde la Unidad Curricular de Práctica Docente en la residencia de los estudiantes de tercer y cuarto año.

En distintos espacios institucionales el equipo directivo ha planteado la necesidad de generar situaciones de enseñanza y de aprendizaje desde la interdisciplinaria. Se incentiva de esta manera, a pensar diferentes estrategias y/o dispositivos pedagógicos con el fin de generar espacios de construcción del rol docente en la formación inicial.

Desde esta perspectiva, el área de Práctica Docente desarrolló esta experiencia interdisciplinaria denominada “Prácticas compartidas” como una estrategia para superar el encierro disciplinario, contrarrestar la fragmentación del contenido y proponer una integración de espacios curriculares.

En dicha propuesta se invita a las y los docentes del campo de la Formación General y de la Formación Específica de la Institución Formadora a compartir el espacio de las observaciones que realizamos en la instancia de Residencia (I y II).

Invitar a transitar espacios desde las “prácticas compartidas”, significa comenzar a descifrar posibles respuestas a esas preguntas que nos interpelan:

- ¿Es posible incorporar en la formación docente una perspectiva curricular interdisciplinaria? ¿De qué modo?
- ¿Es posible poner en acción en la formación docente saberes –disciplinares, pedagógicos y didácticos– para reconstruir el conocimiento y construir relaciones interdisciplinares? (Dispositivo de fortalecimiento Institucional 2018-2019”. INFOD).

Desarrollo:

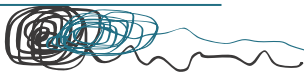
En el mundo complejo y dinámico de hoy, las instituciones educativas se enfrentan a nuevos desafíos y el conocimiento se expande a un ritmo vertiginoso; es esencial comprender y adaptarse a esta realidad que no escapa al ámbito de la formación inicial en educación física.

Las y los docentes no podemos pensar en enseñar sin tener en cuenta dicha complejidad que, de alguna manera, desestructura la lógica institucional y didáctica de los establecimientos de formación docente y es visualizada en los contextos reales de la práctica. La vinculación de estas complejas tramas de la realidad con la Práctica Docente se realiza pensando a la misma desde la perspectiva de una “práctica social”. La clásica definición que expresa Elena Achilli (1986) sobre práctica docente nos permite pensar en un tipo de práctica que no se circunscribe a las prácticas de la enseñanza; aunque las incluye.

“Entendemos la Práctica Docente como el trabajo que el maestro desarrolla cotidianamente en determinadas y concretas condiciones sociales, históricas e institucionales, adquiriendo una significación tanto para la sociedad como para el propio maestro”. (Achilli, 1986, p.6)

Incluir la participación de las y los docentes formadores del Instituto a “la práctica real”; parte del convencimiento que la misma no permite generalizaciones fáciles ni simplificaciones rápidas, como dice Jorge Steiman (2018) ya que se desarrolla en escenarios marcados por la complejidad que implica lo singular marcado por el contexto.

Desde un principio entendimos que la participación de colegas docentes de los demás campos de la formación (específica y general)





permite en principio enriquecer las devoluciones didácticas entendidas como:

“la devolución que se realiza al practicante al finalizar la observación de su clase, como una acción didáctica con propósitos formativos a partir de los saberes de los practicantes, e intentando problematizarlos para avanzar en su construcción. En la misma se explicitan los aspectos considerados relevantes de su clase vinculados con sus reflexiones en la práctica y sobre ella”. (López, et. al. 2014, p. 5)

También proponer nuevos espacios de análisis; a los que ya se generan desde la observación que uno de los integrantes de la pareja pedagógica realiza de manera rotativa. La pareja pedagógica:

“se propone como dispositivo de la formación inicial. Consiste en el acompañamiento que realizan pares en el período que comienzan a desarrollar una Unidad Didáctica. Favorece la reflexión sobre las propias prácticas, ayuda a enfrentar diferentes situaciones y emociones, ya sean positivas como negativas”. (Beltramo, 2012, p.4)

Además, todo el proceso se realiza en las escuelas asociadas junto al docente co-formador. Con este término se designa al:

“conjunto de docentes que reciben practicantes y residentes en los cursos que tienen a su cargo en las instituciones educativas y que se encargan del seguimiento individualizado de la formación en terreno de los futuros docentes. Participan del primer proceso de socialización profesional”. (Foresi, 2018, p.1)



A partir de este tipo de acciones es posible comenzar a transitar un camino necesario en la formación docente inicial, construyendo relaciones interdisciplinarias con el fin de generar un impacto directo en los escenarios de la práctica en sus diferentes niveles educativos (Inicial y Primario en Práctica Docente II-Residencia I; y Secundario en Práctica Docente IV-Residencia II) teniendo en cuenta las propuestas curriculares vigentes.

La propuesta fue pensada desde varios anclajes que convergen en la relación entre conocimiento y acción; que como dice Daniel Feldman (2010), no supone asignar lo primero a la teoría y lo segundo a la práctica; sino que dicha vinculación se expresa a partir de aceptar la existencia de estos dos tipos de conocimiento interdependientes.

Al respecto el Diseño Curricular del Profesorado de Educación Física; destaca la inclusión en la formación de los futuros docentes de dos tipos de saberes complementarios y mutuamente implicados: un saber disciplinar y un saber pedagógico. El desarrollo del proyecto comprende la importancia de generar instancias donde estos saberes se conjuguen y complementen; plantea para tal situación el campo de las prácticas.

También en los “Objetivos de la carrera” se propone la necesidad de “vincular teorías y prácticas en un proceso de retroalimentación permanente desde el contexto global a la realidad de los aprendizajes” (Diseño Curricular IFDCEF.p.10)

Además, en el Reglamento de Prácticas Docentes se plantea la intención de promover espacios interdisciplinarios a partir de las funciones que describe para los docentes de los campos de la Formación Específica y General. Las funciones que se relacionan con el proyecto son:

- “Acompañamiento pedagógico a los estudiantes desde la especificidad de su disciplina/área.
- La observación de algunas clases de prácticas de estudiantes de modo de poder generar información relevante para la evaluación de los mismos.





- La presencia en las Escuelas Asociadas participando en instancias de apoyo pedagógico, extensión, proyectos especiales.
- Asesoramiento y corrección de planificación de las tareas pedagógicas y planes de clases, compartidos con los profesores del Campo de la Práctica Docente”. (Resolución N° 2427/16-Anexo I.p.5)

El proyecto “Prácticas compartidas” como se expresó anteriormente, busca promover la enseñanza interdisciplinaria fomentando aprendizajes que les permitan a los estudiantes el desarrollo de competencias como la resolución de problemas, el pensamiento crítico, el planteamiento de preguntas y la toma de decisiones; que hacen de soporte al desarrollo de las capacidades profesionales necesarias para el desempeño docente.

La puesta en acción de dicho proyecto se organizó en tres momentos:

Primer Momento:

Invitación a las y los docentes de las distintas Unidades Curriculares a observar a las y los estudiantes en situación real de clases en las escuelas asociadas junto al responsable del área de Práctica Docente. Previamente se presentó al Equipo Directivo el proyecto definiendo los alcances del mismo. A partir del análisis y aprobación del Consejo Directivo se compartió la invitación por mail institucional informando las grillas horarias, escuelas y parejas pedagógicas a los docentes. Se informó sobre los saberes en los cuáles cada pareja estaba trabajando pedagógicamente, de modo que los docentes puedan seleccionar las mismas acorde a sus Unidades Curriculares disciplinares. Algunos puntos importantes que se tuvieron en cuenta fueron que: sólo se podrá asistir a los horarios que se encuentra observando el/la docente de Prácticas; y se autoriza un/a docente invitado/a por cada grupo. Como información se compartieron los Diseños Curriculares para realizar un encuadre y se estableció una sistematización y devolución por parte del “observador invitado” para incorporar al análisis y seguimiento de cada residente.



Segundo Momento:

Acompañamiento disciplinar a las y los estudiantes desde un espacio compartido con el/la docente de Práctica. Las y los profesores que participan del proyecto realizaron devoluciones en relación a los saberes seleccionados para el desarrollo de las clases en el contexto de las escuelas.

Cuando hablamos de devoluciones; propuestas y estrategias metodológicas, hacemos referencia a los aportes que puedan enriquecer las construcciones metodológicas de las parejas pedagógicas, desde una mirada multidisciplinar. El propósito es lograr un mayor acompañamiento de los docentes de todas las áreas, entendiendo que observar a las y los estudiantes “in situ” permitirá también ajustar estrategias de transposición didáctica desde las distintas unidades curriculares.





Tercer Momento:

Organización de un taller interdisciplinario

abordando la temática de planificación de la Educación Física escolar proponiendo una mirada integral e interdisciplinaria, en conjunto con las y los docentes que participaron de la experiencia educativa e integrando a las y los conformadores de las escuelas asociadas. En cuanto a este tercer momento, el de generar estrategias participativas como metodología del taller interdisciplinario; fue uno de los mayores desafíos del proyecto, que no pudo materializarse en esa primera experiencia; aunque generó las raíces de lo que con muchas expectativas esperamos en el segundo año de funcionamiento.



Conclusiones:

En esta primera experiencia participaron docentes de la Formación General (Filosofía; Política Educativa; Sujeto I y II); como también de la Formación Específica en lo relacionado a Deportes Alternativos (Tenis); Deportes Psicomotrices (Atletismo, Natación y Gimnasia); Deportes Sociomotrices (Voley); Discapacidad, E.S.I.; Danza y Anatomía.

Las y los docentes presenciaron las clases en los escenarios de las prácticas enriqueciendo las devoluciones a los y las residentes y compartieron algunas reflexiones en torno a su participación:

... El objetivo de la observación de los/as residentes/as es aportar una mirada que supone la construcción de conocimientos correspondientes a marcos teóricos que atiendan a la diversidad y permitan comprender la realidad educativa. Esta diversidad, debe ser planteada como una posibilidad de enriquecer los contextos de aprendizaje... Por otra parte, la mirada hacia el interior de las prácticas, me proporcionó conocimiento y comprensión de las necesidades de los estudiantes. (Docente 1)

...en mi corta experiencia pude verificar la importancia y lo rico de compartir otras miradas entre pares (docente del grupo, el/la de práctica) y con los practicantes, que lejos de sentirse presionados por nuestra presencia, recibían con buen ánimo el nuevo aporte. (Docente 2)

...participar en el proyecto me brinda la posibilidad de observar lo que sucede con las competencias y contenidos enseñados, en un contexto educativo real. Si bien en un principio me acerqué con la idea de aportar a los practicantes, luego, pasé a darme cuenta que las observaciones y el diálogo con el docente de práctica y los futuros formadores me aportaban significativamente en la reflexión, problematización y recuperación de muchos de los saberes abordados en mi propia cátedra. (Docente 3)

Junto al sentir de los y las compañeros/as docentes también pensamos desde el campo de las prácticas en algunas ideas que surgieron y nos invitan a seguir apostando por acciones interdisciplinarias.

- Incorporar otra mirada al proceso de aprendizaje que se da en el espacio de la residencia es interesante no solamente desde lo que genera en esa retroalimentación al residente; sino también por lo que cada docente puede resignificar hacia el interior de su Unidad Curricular.



- Los aportes disciplinares de distintos docentes; que se brindan directamente en relación a lo que Donald Schön (1992) denomina reflexión sobre la acción” profundizan el proceso de retroalimentación a partir de las devoluciones didácticas.
- La suma de los diferentes puntos redundan en una fortaleza para las trayectorias de los residentes en el cursado del área de Práctica Docente.

Es también una expectativa de la Unidad Curricular lograr a través de esta interacción desentrañar aquellos saberes que por desconocimiento no suelen ser seleccionados o por lo menos no aprovechados en toda su riqueza de motricidad y corporeidad para las y los estudiantes de los distintos niveles educativos.

Como reflexión final; esperamos poder materializar esta experiencia no solo en acuerdos curriculares, resignificación y/o talleres; sino también animarnos a pensar que lo interdisciplinario deje de ser un “proyecto” o una “propuesta” para transformarse en acciones cotidianas; que permitan tanto a los docentes como a los estudiantes comprender la realidad desde su carácter multireferencial y complejo.

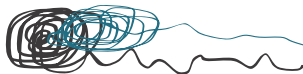


Lic. Gustavo Luis Carnevale

Licenciado en Educación Física y Deportes
Profesor de Práctica Docente II y IV
Instituto de Formación Docente Continua en
Educación Física. Viedma – Río Negro

Referencias bibliográficas:

- Achilli, E. (1986). La práctica docente: una interpretación desde los saberes del maestro. Cuadernos de Formación Docente, Universidad Nacional de Rosario.
- Beltramo, L. (2012) ¿Cómo opera la pareja pedagógica como dispositivo de Formación Docente? Universidad Nacional de Rosario.
- Diseño Curricular I.F.D.C.E.F. (2015)
- Felman, D. (2010). Enseñanza y escuela. Buenos Aires. Paidós. Buenos Aires.
- Foresi, M.F. (2018). El rol del profesor co-formador en los espacios de la práctica en la formación docente. XV Jornada de Reflexión y Socialización de la Práctica. Rosario. 2018.
- López, A., Morais Melo, S., Testa, M. (2014). Enseñar a pensar. Las devoluciones didácticas a partir de las observaciones a los practicantes. I Encuentro Internacional de Educación (UNLP).
- Schön, D. (1992). La formación de profesionales reflexivos. Hacia un nuevo diseño de la enseñanza y el aprendizaje en las profesiones. Barcelona. Paidós.
- Steiman, J. (2018). Las prácticas de enseñanza, en análisis desde una Didáctica reflexiva. Miño y Davila. Buenos Aires.



Educación física y bienestar social



Por Lic. Brian Richmond - Docente IFDCEF



Los eudemonistas[1] explicaron que hay una sola cosa que se explica por sí sola y es la felicidad, fin último al que deberían subordinarse todas las actividades humanas. En consecuencia, el sufrimiento exige todas las explicaciones posibles pues, al fin y al cabo, es incomprensible. Todo el objetivo de la vida consistiría entonces en perseguir la primera y evitar el segundo, y todo su misterio radica en que nadie sabe muy bien cómo.

La modernidad prometió resolverlo por medio del consumo masivo y lo ha llevado a niveles inimaginables; sin que sea la excepción el consumo de antidepresivos[2]. Sucede que una industria de crecimiento ilimitado es posible solo mediante una ilimitada insatisfacción, flanco al que apuntan todos los cañones del marketing. Así, mientras algunos siguen sin poder satisfacer sus necesidades básicas otros intentan llenar un vacío con bienes que devienen en deshechos en lo que tarda en apagarse su fugaz bienestar.

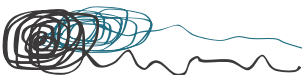
Aunque la felicidad moderna se parezca más bien a una trampa es, como ironiza Žižek, más fácil imaginar el fin del mundo que el fin del capitalismo. Por lo tanto, pareciera ser que el único límite al sistema lo impondrá su propia insustentabilidad. Pero, ¿No será demasiado tarde?

Concebir la posibilidad de sociedades sostenibles es fundamentalmente pensar en alternativas al *bienestar por consumo*, nudo gordiano en el que los hilos de legitimación que sostienen al sistema se enredan con sus prácticas depredadoras. Como no hay nada más universal que el cambio climático, todos los estados deberían implementar de forma urgente políticas destinadas a fomentar aquellas actividades que ofrecen bienestar sin emisiones de GEI (Gases de Efecto Invernadero). Pero, ¿Cuáles son?

En el año 2015 la Asamblea General de la ONU aprobó la "Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible", instando a los estados a coordinar

[1] El eudemonismo se define como toda teoría ética que se propone alcanzar la felicidad, teniendo a Aristóteles como principal exponente, para quien "nuestra juventud también debe ser educada con música y educación física" (Aristóteles, 2007). Pero no solo los filósofos griegos creían que la actividad física resultaba clave para tener una vida plena. Así, por ejemplo, David Hume planteaba: "Si se pregunta a alguien ¿por qué haces ejercicio? responderá: hago ejercicio porque deseo estar sano. Se le preguntará ¿por qué deseas estar sano? Y él va a responder: porque prefiero la salud a la enfermedad. En ese momento se le ha de preguntar: ¿por qué prefieres la salud a la enfermedad? Responderá: porque la enfermedad es penosa y, por consiguiente, no quiero estar mal. Y si se le inquiera por qué la enfermedad es penosa, él tendrá entonces derecho a no contestar, porque la pregunta carece de sentido" (Hume, 2020).

[2] El consumo de antidepresivos se duplicó en los países de la OCDE entre 2000 y 2017 (OCDE, 2019).





acciones necesarias para el cumplimiento de sus 17 objetivos (ODS), entre los cuales se encuentra "buena salud y bienestar" (ODS3). La OMS, por su parte, señaló que la mejor vía para arribar a esa meta, por sus innumerables beneficios y mínimos costos, es el aumento de los niveles generales de Actividad Física (AF) de la población mundial.

Según sus directrices[3], realizar AF con regularidad puede prevenir y ayudar a gestionar las enfermedades que causan las tres cuartas partes de las muertes en el mundo (cardiopatías, la diabetes de tipo 2 y el cáncer). Además, contribuye a prevenir y reducir los síntomas de depresión, ansiedad y adicciones; principales problemáticas de salud mental. Un aumento de los niveles de AF mejora también la concentración y el aprendizaje, por lo que aporta también al cumplimiento del ODS4: *educación de calidad*.

La AF no es el único factor que contribuye al logro de esos objetivos, pero sí quizás el que lo hace con menores costos ambientales y ofreciendo situaciones motrices que ayudan a replantear el vínculo instrumental con la naturaleza. De esa manera, aporta también al ODS11 (*ciudades y comunidades sostenibles*) y al ODS13 (*acción por el clima*).

Sin embargo, a la hora de medir el aumento de AF la OMS establece que "toda actividad física cuenta", e incluso que "la actividad física puede integrarse en el trabajo". Ante tanta polisemia, el concepto pierde especificidad. Si todo movimiento corporal es igualmente considerado AF, un aumento de la misma es perfectamente compatible con el sistema actual y, por lo tanto, perfectamente incompatible con los objetivos de bienestar, salud y sostenibilidad.

Desde nuestra perspectiva, no se trata solo de un aumento cuantitativo de AF sino sobre todo de una transformación cualitativa. No sólo porque el tipo de AF que se realiza en muchos trabajos está lejos de producir bienestar y salud; sino también porque un aumento de ciertas

actividades físicas laborales (AFL) solo potenciará la producción y el consumo insostenible.

Para el bienestar humano y del ambiente (que son dos caras de un mismo bienestar) las AFL deben reducirse gradualmente, acompañando el cambio cultural de una sociedad que deberá ir resignando niveles de consumo. En esa dirección apuntan las propuestas de reducción de las jornadas laborales inscriptas en el paradigma de la economía circular, bajo la premisa *trabajar menos, trabajar todos, producir lo necesario y reciclar todo*. Aunque medidas en esa dirección pueden sonar utópicas, la discusión que se está dando es *cómo* y *cuándo*, pues la única utopía es pensar que podremos continuar sin tomarlas mucho tiempo más.

Es cierto que puede no resultar atractivo ni ser sustentable disponer de más tiempo libre cuando no se sabe qué hacer con él, más que ir de compras. Por eso mismo, la llamada *transición ecológica* debe contemplar la transición cultural hacia mayores niveles de AFES, que vayan ocupando el tiempo de ocio consumista.

Llamamos Actividad Física Emancipadora y Sostenible (AFES) a aquella que puede ser practicada de forma universal y sistemática sin riesgo ambiental y cuyo fin primordial es generar bienestar (fin en sí). Detrás de esta categoría algo pomposa no se halla otra cosa que los diferentes tipos de ejercicios, danzas, juegos y deportes que ponen el cuerpo en movimiento para disfrute personal y colectivo. Ella se distingue de otros tipos de AF que no generan



[3] Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2020.





bienestar o que lo hacen de forma indirecta y alienante; al estar mediadas por el consumo y, por ende, subordinadas al circuito de producción y distribución.

En particular, la AFES viene a romper con el paradigma de la Actividad Física Hegemónica (AFH), que es la forma predominante de concebir el sentido de la AF en las sociedades actuales. Dijo Bauman que “todas las ideas de felicidad acaban por venderse en una tienda” y esta no es la excepción. La AFH promociona el ejercicio como un bien de consumo más, que ofrece principalmente la adquisición de una subjetividad exitosa. Se ubica en esa serie de mandatos happiness que se hallan en tazas y adornos: *rie, sueña, ama...ejercítate*.

En referencia a la “lectura obligatoria”, Borges nos había advertido sobre el peligro de esos verbos en modo imperativo, porque no se puede obligar a nadie a ser feliz. *Llegar al verano, encajar en los talles, frenar el envejecimiento, mostrarse proactivo*, son las verdaderas consignas en letra chica que figuran en el prospecto de este producto que es la AFH.

Ante la presión que ella ejerce, principalmente en jóvenes, millones sienten a diario la necesidad de subir una foto luego de entrenar, para contabilizar otro “día ganado”. No se promueve así el deseo de hacer ejercicio sino el goce de haberlo hecho para contarlo. Su bienestar ha dejado de ser un fin en sí para convertirse en un medio de validación de los demás, que nunca alcanza y siempre exige más.

Por todo esto la AFH se lleva muy bien con los discursos meritocráticos, que limitan la posición social a una decisión individual: *tú puedes, solo debes decidirte a hacerlo*. Al desconocer los condicionantes estructurales se condena así a la culpa de no estar pudiendo a quienes se envía luego a gestionar sus emociones. Después de tener que padecer experiencias de este tipo, no es casual que mucha gente asocie AF con frustración y decida resignarla para priorizar su salud mental. Por eso, al contrario del bienestar que vende, la AFH es una de las principales promotoras de sedentarismo y es hora de colocarle su etiquetado frontal.

Decir que basta simplemente con *decidir* practicar AF para hacerlo de forma sistemática equivale a decir que basta con *decidir* abrir un libro para incorporar la lectura; ¿Quién podría hacerlo sin un historial de aprendizajes, guías y acompañamientos? Solo quienes ya lo tuvieron pueden saborear la vanidad de creer que es meramente su decisión.

Además del tiempo y los recursos necesarios, poder gozar de la AF requiere fundamentalmente de la previa adquisición de un *hábitus*. Como enseña Bourdieu (2016), este capital se transmite de generación en generación a través de un filtro de relaciones estructuradas en términos de clase (a las que podemos añadir: de género, de raza, etc.). La construcción del hábito de la AF debe inscribirse en ese marco socializador para dejar de concebirlo como un fenómeno ligado a meras disposiciones individuales. Ella se desarrolla principalmente





durante la edad escolar y en ámbitos formales y no formales, públicos y privados.

En realidad, uno de los primeros hábitos que adquieren las infancias es la quietud, ya que el movimiento es en ellas algo espontáneo y aleatorio. La quietud permite luego darle sentido al movimiento, asociándolo a determinados tiempos y espacios. Mientras más adecuados sean estos últimos más sentido tendrá el movimiento, más posibilidades de generar disfrute y, por lo tanto, de reconfigurarse como hábito de AF a lo largo de la vida.

La adecuación de los espacios no depende solo de cuestiones materiales sino sobre todo de los adultos que allí intervienen, pues no es lo mismo que lo hagan desde el sentido común a que hayan sido formados específicamente para ello. Es una tarea multidisciplinar saber ofrecer las situaciones motrices indicadas en los ambientes adecuados con las estrategias pertinentes y en el tiempo requerido; teniendo en cuenta las estructuras anatomofisiológicas, los deseos y aptitudes iniciales. No se trata del dominio de un saber sino de muchos, y ni siquiera puede limitarse a su aplicación "técnica" sino que demanda además mucha creatividad, compromiso afectivo y vincular.

La buena noticia es que este tipo de formación académica existe y sigue siendo, pese a su complejidad, de las carreras más elegidas. La mala noticia es que no obtiene el reconocimiento que merece. Cuando "los especialistas" dicen que hay que encontrar un tipo de educación más activa, vinculada con el ambiente, que promueva la salud, lo lúdico, la expresión personal y la cooperación grupal parece que no se les ocurre buscar en la educación física. Todo eso forma parte de la preparación y de los instrumentos con que cuentan los profes para crear el dispositivo generador de bienestar más sano y limpio: el hábito de AF. Así, logran lo que para muchos resulta imposible: que adultos mayores puedan revertir hábitos sedentarios arraigados a lo largo de su vida; que infancias y adolescencias prefieran el juego en movimiento al confort de las pantallas.

Las razones culturales del menosprecio a una de las formaciones más completas son múltiples y obedecen a factores externos, pero también a la historia del propio campo. Viejos paradigmas militaristas, deportivistas y capacitistas se han trenzado en tradiciones kinestésicas machistas, verticalistas y etnocéntricas que se conectan muy bien con la AFH. Pero desde hace décadas que ellas ya no están presentes en los diseños curriculares y, aunque puedan seguir operando a través del llamado *currículum oculto*, son puestas en evidencia y cuestionadas cada vez más por los propios estudiantes.

Nuevos paradigmas como la praxiología motriz, enfocada en el desarrollo de la psico y sociomotricidad, se han incorporado junto a un fortalecimiento del perfil pedagógico del/la/le profe de educación física. En ese sentido, la inclusión es uno de los valores centrales que actualmente atraviesa la formación; abordada a través de temáticas transversales como la discapacidad, la ESI, la interculturalidad y el ambiente.

Por todo esto, las nuevas generaciones de egresades salen preparadas para transmitir el hábito de la actividad física en clave de AFES, fundamental para modificar la matriz de *bienestar por consumo*. Sin embargo, ellas se encuentran limitadas para desempeñarse en el ámbito donde mejor pueden desatar todo su potencial transformador: las escuelas públicas.





En efecto, *Educación Física* es probablemente la única área del nivel medio que tiene más profesores titulados que cargas horarias disponibles. Si bien la ESRN ha logrado un paso importante aumentando a dos sus horas semanales, las recomendaciones especializadas (Uddin, R., Salmon, J., Islam, S.M.S. et al, 2020) apuntan a la necesidad de llevarla a tres en todos los niveles. Una medida de este tipo deberá necesariamente ser complementada con la construcción de nuevos SUM, el acondicionamiento de espacios al aire libre en todos los barrios y un mayor fomento a los clubes sociales. El costo de estas inversiones sería mínimo en comparación con la cantidad de beneficios que traerían y que ya no hace falta explicar: los eudemonistas explicaron que hay una sola cosa que se explica por sí sola.



Lic. Brian Richmond

Licenciado en Ciencias Políticas. Becario Doctoral del CONICET.
Investigador del CEAP (CURZA/UNCo).
Profesor de Sociología de la Educación e Historia de la Educación Argentina en el IFDCEFRN.

Referencias bibliográficas y Recursos Web:

- Aristóteles (2007). *Política*. Editorial Austral.
- Bauman, Z. (2015). *Modernidad líquida*. Fondo de cultura económica.
- Bourdieu, P. (2016). *La distinción: criterio y bases sociales del gusto*. Ed. Tauro.
- Hume, D (2020). *Tratado de la naturaleza humana*. Editorial Verbum.
- Žlizek, S. (2009). *El sublime objeto de la ideología*. Siglo veintiuno editores.
- OCDE (2019). *Panorama de la Salud 2019*. Indicadores de la OCDE.
- OMS (2020) *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo*. Ginebra.
- Uddin, R., Salmon, J., Islam, S.M.S. et al (2020). *La participación en clases de educación física está asociada con la actividad física entre los adolescentes en 65 países*.
<https://doi.org/10.1038/s41598-020-79100-9>
- Nota: Las imágenes que acompañan este artículo fueron tomadas de: Vecteezy. (2023) Imágenes gratuitas que responden a la búsqueda "actividad física" [<https://es.vecteezy.com>]



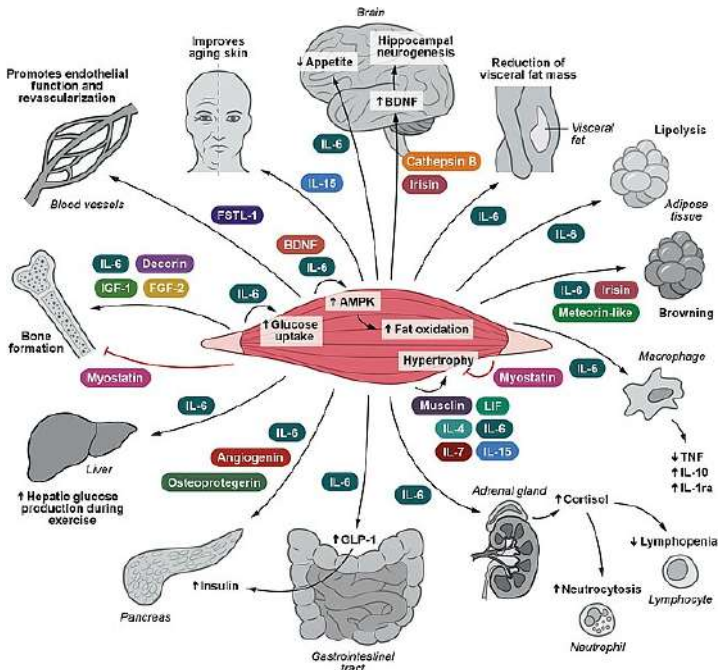
EJE Músculo-Cerebro... un acoplamiento saludable...

Por Lic. Matías Scavo Docente - IFDCEF

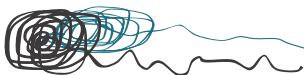
Actualmente es reconocido el rol e influencia determinante de óptimos niveles de fuerza muscular y de la cantidad y calidad del tejido muscular esquelético sobre la salud general. Esta asociación se manifiesta cuando se logra que dicho tejido "interactúe" a través de mensajeros con gran parte del resto de los órganos/tejidos del organismo.

Estos mensajeros, conocidos como mioquinas, comprenden una clase de proteínas de señalización que son producidas y liberadas al torrente sanguíneo durante la contracción muscular. Dichas moléculas median respuestas fisiológicas en diversos órganos, de manera tal que el músculo esquelético es considerado en la actualidad una glándula con función endócrina, autócrina y paracrina.

Figura 1: Conexión entre el músculo esquelético y los órganos



Fuente: Bay, M. L., & Pedersen, B. K. (9/9/2020). Muscle-organ crosstalk: focus on immunometabolism. *Frontiers in physiology*, 11, 567881. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fphys.2020.567881/full#B92>





Considerando la complejidad y las diversas conexiones entre el músculo y los órganos, centraremos algunos aspectos sobre el estado actual del conocimiento en relación a la conexión músculo- cerebro, red de comunicación conocida como el EJE músculo-cerebro.

La salud de nuestro cerebro puede mejorar notablemente con ejercicio físico sistemático y también es evidente que se deteriorará con el sedentarismo y malos hábitos. De hecho, existe una relación inversa entre la circunferencia de la cintura y el tamaño del cerebro. A medida que aumentamos de peso grasa y acumulamos más grasa visceral y ectópica, el cerebro se atrofia. Lo primero que pierde es tamaño, pues a medida que engordamos hay una degradación en ciertas zonas del cerebro, especialmente en el hipocampo.

Como mencionamos anteriormente, las mioquinas liberadas a circulación durante el ejercicio físico, pueden viajar hacia el cerebro y afectar su funcionamiento de varias maneras.

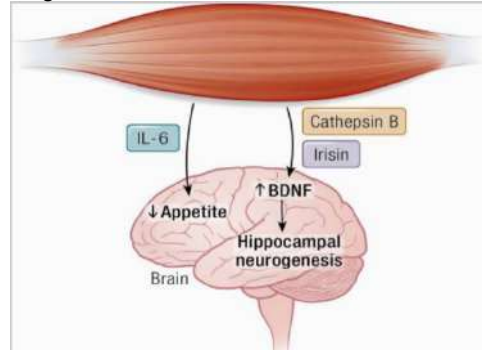
Se ha descubierto que algunas mioquinas tienen efectos neurotróficos, lo que significa que pueden promover el crecimiento y la supervivencia de las células cerebrales, así como mejorar la plasticidad sináptica. También se ha demostrado que ciertas mioquinas pueden actuar como reguladoras del apetito y la saciedad, lo que puede tener implicaciones en la regulación del peso corporal y la alimentación.

Además, las mioquinas pueden influir en la inflamación y el estrés oxidativo, que son procesos relacionados con diversas enfermedades y trastornos cerebrales, como la enfermedad de Alzheimer, la depresión y la ansiedad. Al modular estos procesos, las mioquinas pueden tener efectos protectores para el cerebro y contribuir a la salud cognitiva.

A su vez la evidencia indica que los humanos afectados por sarcopenia, una condición de atrofia o pérdida de masa muscular, presentan anomalías neuroanatómicas consistentes con la neurodegeneración y tienen mayores probabilidades de desarrollar deterioro cognitivo.

Otros estudios han demostrado que el ejercicio está asociado con el aprendizaje y la memoria, las funciones ejecutivas, lenguaje y tiempo de reacción, rendimiento académico en niños e inteligencia en adolescentes. Dichos cambios podrían estar mediados en gran parte por esta comunicación músculo-cerebro.

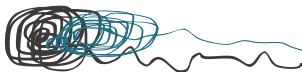
Figura 2: EJE músculo-cerebro



Fuente: Severinsen, M. C. K., & Pedersen, B. K. (2020). Muscle–organ crosstalk: the emerging roles of myokines. *Endocrine reviews*, 41(4), 594-609.

En relación al ejercicio es destacable como la intensidad de la carga puede ser una gran aliada para la salud general y del cerebro en particular. Un estudio reciente de Reycraft y cols. demostró que la intensidad del ejercicio es un mediador importante de los cambios en los niveles plasmáticos de BDNF en hombres adultos sanos. El BDNF o Factor Neurotrófico Derivado del Cerebro es una mioquina que juega un papel fundamental en la regulación de la supervivencia, crecimiento y mantenimiento de las neuronas. A su vez, el BDNF “muscular” y el producido y liberado por el propio cerebro podrían estar involucrados en promover la expresión de genes involucrados en la biogénesis mitocondrial neuronal, evitando el estrés oxidativo excesivo y/o el metabolismo energético disfuncional.

En el cerebro, las mitocondrias y los procesos involucrados en su dinámica son importantes para sostener funciones neuronales y alteraciones en su función e integridad. Las mi -





condrias disfuncionales pueden generar especies reactivas de oxígeno en exceso, lo que lleva al estrés oxidativo en las células cerebrales. Dicho estrés puede dañar las estructuras celulares, incluidas las proteínas, lípidos y el ADN, dando lugar a la neurodegeneración observada en el Alzheimer, como ya hemos referido previamente. Con respecto a la intensidad de la carga y la necesidad imperiosa de aplicar estímulos de alta intensidad, el trabajo reciente de Brooks, destaca la relevancia de la lactatemia (lactato en sangre) aumentada durante el ejercicio, en la estimulación de la liberación de BDNF en el cerebro, que es importante para la neurogénesis y la función cognitiva.

Por último, es importante tener en cuenta que el campo de estudio de las mioquinas en relación al ejercicio es complejo y todavía hay mucho por descubrir y comprender sobre su función y mecanismos de acción específicos en relación a las distintas cargas de entrenamiento y poblaciones.



Lic. Matías Scavo

Lic. en Educación Física
Lic. en Nutrición
Prof. de Fisiología Aplicada y Nutrición
Deportiva en el IFDCEFRN y UNRN.

Referencias bibliográficas:

- Aberg MA, Pedersen NL, Torén K, et al. Cardiovascular fitness is associated with cognition in young adulthood. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2009;106(49):20906-20911.
- Brooks, G. A., Osmond, A. D., Arevalo, J. A., Duong, J. J., Curl, C. C., Moreno-Santillan, D. D., & Leija, R. G. (2023). Lactate as a myokine and exerkine: drivers and signals of physiology and metabolism. *Journal of applied physiology* (Bethesda, Md.: 1985), 134(3), 529–548. <https://doi.org/10.1152/jappphysiol.00497.2022>
- Cotman CW, Berchtold NC. Exercise: a behavioral intervention to enhance brain health and plasticity. *Trends Neurosci*. 2002;25(6):295-301.
- Gupta, R., Khan, R., & Cortes, C. J. (2021). Forgot to Exercise? Exercise Derived Circulating Myokines in Alzheimer's Disease: A Perspective. *Frontiers in neurology*, 12, 649452. <https://doi.org/10.3389/fneur.2021.649452>
- Hamer, M., & Batty, G. D. (2019). Association of body mass index and waist-to-hip ratio with brain structure: UK Biobank study. *Neurology*, 92(6), e594–e600. <https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000006879>
- Isaac, A. R., Lima-Filho, R. A. S., & Lourenco, M. V. (2021). How does the skeletal muscle communicate with the brain in health and disease?. *Neuropharmacology*, 197, 108744. <https://doi.org/10.1016/j.neuropharm.2021.108744>
- Kim, S., Choi, J. Y., Moon, S., Park, D. H., Kwak, H. B., & Kang, J. H. (2019). Roles of myokines in exercise-induced improvement of neuropsychiatric function. *Pflugers Archiv : European journal of physiology*, 471(3), 491–505. <https://doi.org/10.1007/s00424-019-02253-8>





- Kwon, J. H., Moon, K. M., & Min, K. W. (2020). Exercise-Induced Myokines can Explain the Importance of Physical Activity in the Elderly: An Overview. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 8(4), 378. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040378>
- Oudbier Susanne Janette, MD and others, Pathophysiological Mechanisms Explaining the Association Between Low Skeletal Muscle Mass and Cognitive Function, *The Journals of Gerontology: Series A*, Volume 77, Issue 10, October 2022, Pages 1959–1968, <https://doi.org/10.1093/gerona/gjac121>
- Pedersen, B.K. Physical activity and muscle–brain crosstalk. *Nat Rev Endocrinol* 15, 383–392 (2019). <https://doi.org/10.1038/s41574-019-0174-x>
- Rai, M., & Demontis, F. (2022). Muscle-to-Brain Signaling Via Myokines and Myometabolites. *Brain plasticity (Amsterdam, Netherlands)*, 8(1), 43–63. <https://doi.org/10.3233/BPL-210133>
- Reyrcraft, Joshua T.1; Islam, Hashim2,3; Townsend, Logan K.2,4; Hayward, Grant C.1; Hazell, Tom J.2; Macpherson, Rebecca E. K.1. Exercise Intensity and Recovery on Circulating Brain-derived Neurotrophic Factor. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 52(5):p 1210-1217, May 2020. | DOI: 10.1249/MSS.0000000000002242
- Severinsen, M. C. K., & Pedersen, B. K. (2020). Muscle–Organ Crosstalk: The Emerging Roles of Myokines. *Endocrine reviews*, 41(4), 594–609. <https://doi.org/10.1210/endrev/bnaa016>
- Smith PJ, Blumenthal JA, Hoffman BM, et al. Aerobic exercise and neurocognitive performance: a meta-analytic review of randomized controlled trials. *Psychosom Med.* 2010;72(3):239-252. [PMC free article] [PubMed] [Google Scholar]
- Zunner, B.E.M.; Wachsmuth, N.B.; Eckstein, M.L.; Scherl, L.; Schierbauer, J.R.; Haupt, S.; Stumpf, C.; Reusch, L.; Moser, O. Myokines and Resistance Training: A Narrative Review. *Int. J. Mol. Sci.* 2022, 23, 3501. <https://doi.org/10.3390/ijms23073501>





La fiesta de bienvenida

Por Carolina Caullan y Richard De Mora - Estudiantes de 4to. Año IFDCEF

Dirigido a todas las personas, directivos, docentes, familias, compañeros y compañeras del Instituto.

Como alumnos/as de 4to. año del Instituto de Formación Docente Continua de Educación Física (en adelante IFDCEF) podríamos decir que comenzamos el año 2023 con muchas expectativas y un conjunto de sensaciones y emociones inexplicables, donde ocupa un lugar la alegría, la tristeza, la nostalgia y la incertidumbre. Por momentos consideramos que estamos a punto de dar un gran salto hacia un nuevo camino como profes, pero es como si hubiese sido ayer que entramos por la puerta del establecimiento a un mundo nuevo, lleno de expectativas y miedos... Nos invadía la curiosidad, queríamos saber con qué nos íbamos a encontrar, quiénes iban a ser nuestros nuevos/as compañeros/as, docentes, cuáles iban a ser los nuevos desafíos y las nuevas propuestas a partir de ese momento. Para muchos una nueva ciudad, ya que la mayoría hizo lo imposible para poder venir a cumplir sus sueños; algunos y algunas dejaron a su familia, amigos/as, otros dejaron todo atrás para empezar un nuevo camino; aun así todos y todas nos convertimos en una sola familia desde que cruzamos esas puertas.

En estos momentos, todos nos preguntamos: ¿Cómo pasó tan rápido el tiempo? ¿A dónde iremos? ¿Nos volveremos a encontrar? Los meses pasan y se acerca la hora de despedirnos. Por momentos deseamos que el tiempo se detenga en todas esas experiencias hermosas que vivimos dentro de la institución, que las mañanas de risas, el intercambio de opiniones, de conocimientos, de aprendizajes y consejos no se terminen nunca; sin embargo, no tenemos dudas que esos momentos mágicos via-

jarán con nosotros para el resto de nuestra aventura. Para nosotros, la mejor carrera.

A partir de la asignatura de Educación para el Tiempo Libre, elaboramos un proyecto con el fin de crear un espacio de integración y orientación para los nuevos estudiantes, retomando actividades y conceptos aprendidos en los espacios curriculares como Juego, Recreación y Situaciones motrices en el Entorno Natural, como así también en Danza. Para realizar la elaboración del mismo, partimos de conceptos y herramientas adquiridas previamente en las distintas cátedras transitadas, las cuales nos dan la convicción de generar un proyecto cuya fundamentación es significativa tanto para los ingresantes como para la institución en general, pudiendo acompañar a cada estudiante en su desarrollo académico y personal. Comenzamos a organizarnos por comisiones, donde cada una de ellas tenía un rol a cumplir como grupo y dentro de ese grupo como estudiante, por lo que teníamos una lluvia de ideas y expectativas infinitas. El corazón lleno de orgullo de sentirnos representantes de la institución y sabemos la responsabilidad que eso conlleva, ya que los y las estudiantes somos el instituto.

La gran mayoría de nuestro grupo, en particular los Escorpiones no tuvimos la posibilidad de vivenciar la "Bienvenida", como tampoco pudimos presenciar la entrega de "I" de paño al ingresar. Por lo que nuestras expectativas eran aún más grandes, ya que proyectamos un día inolvidable y por la pandemia no pudimos vivenciarlo. Gracias a conocidos/as y compañeros/as de otras camadas como Águilas y Hormigas sabíamos que se trataba de un momento especial e inolvidable. Sin dudas fue un cálido abrazo de bienvenida para ellos y ellas.





A pesar de esto, la institución a través de la virtualidad nos brindaba la sensación de pertenencia y al regreso de la pandemia nos consideramos parte de la misma, era un nuevo comienzo, reconociendo a aquellos/as compañeros/as y docentes que visualizamos a través de una pantalla, los cuales se fueron convirtiendo en personas que marcaron significativamente este camino que está llegando a su fin.

Por esto y mucho más queríamos que la bienvenida en el presente año, sea todo aquello que nosotros siempre soñamos, todo aquello que nos imaginamos que podría llegar a ser esa GRAN BIENVENIDA, poder transmitirlo y que la disfruten tal como nos hubiera gustado hacerlo a nosotros o quizás mejor, como si fuéramos nosotros los ingresantes que disfrutaban de ese gran día.



Como estudiantes de cuarto año deseábamos transmitir todo lo que hemos vivido, sentido y disfrutado durante la carrera; empaparlos con la esencia de la institución para que esta perdure y la transmitan en su paso por aquí, y qué mejor manera de hacerlo que a través de su fiesta de Bienvenida al IFDCEF.

Sabemos que con el paso del tiempo la mirada de cómo debía ser la bienvenida a la institución fue cambiando, por ello reconocemos que fuimos

dejando atrás los rituales o pequeñas bromas que daban un mal gusto y generaban un futuro incierto para los y las ingresantes. Por ende, propusimos brindarles una bienvenida llena de alegría, motivación y sobre todo la necesidad de ponernos en el lugar del otro, ya que hoy es el momento de demostrar que como futuros colegas ya tenemos la capacidad para cambiar de raíz la mirada hacia la Educación Física, que ya lo estamos haciendo, que su formación siempre crezca para que sean él o la mejor profesor/a que pueda haber. Seamos el presente y el futuro.

La camada de Escorpiones, Águilas y alguna Hormiga tenía un mensaje para con los ingresantes, era ni más ni menos que el tiempo vuela, que parece largo el camino, pero en un abrir y cerrar de ojos el recorrido llega a su final, el momento de disfrutar de la institución es hoy y ahora. Deseamos que puedan aprovechar cada instante y no sean una camada que transita y nada más. Que sus pasos sean grandes y ruidosos, que se transformen en una fuerte brisa que quiere crecer día a día, y sobre todo que no olviden que si soplan juntos tendrán más fuerza que si lo hacen solos/as, llenándose de alegría en un ambiente de respeto e inclusión y que siempre se trate de ¡crecer!

En un principio, a mediados del mes de mayo comenzamos a realizar intervenciones en los pasillos, con el mensaje de que ese gran día estaba llegando... Pasaban las horas y los días y más eran las ganas y la incertidumbre de los y las estudiantes de querer saber lo que les esperaba. El comentario de la bienvenida se hacía cada vez más fuerte dentro y fuera de la institución, hasta que el gran día llegó.

Comienza la acción:

Un jueves medio ventoso y nublado, donde por momentos salía el sol, no era un impedimento para que todo salga como fue planeado. Solo se necesitaba de la creatividad, ganas y voluntad por parte de los y las estudiantes que dieron su mejor esfuerzo en todos los sentidos.





Durante la jornada se realizaron una gran variedad de actividades, comenzamos disfrutando de juegos, donde los alumnos/as eran divididos en grupos y cada uno con su respectivo color atravesaba un circuito de "Eco travesía" muy divertido. El mismo comenzaba en la cancha de fútbol municipal, recorría el parque Ferreyra y un sector de la costanera para luego regresar al Instituto. Cada grupo tenía uno o dos alumnos/as de 4to. año como acompañantes que se encargaban de guiarlos y alentarlos. Luego comenzaban a realizar juegos recreativos en la zona del cajón de arena municipal, el anexo del Cayetano Arias y el patio del Instituto. La gran mayoría de los juegos recreativos se hicieron en función de fomentar el trabajo en equipo, la comunicación, las relaciones interpersonales, el apoyo y el respeto mutuo.



Mientras los y las estudiantes realizan la eco travesía, un grupo de docentes, alumnos y alumnas de 4to año, se encargaba de amasar y cocinar tortas fritas para agasajar a los ingresantes.

Llegada la media tarde ingresaban al SUM del Instituto a compartir mates y comer algo rico, donde se disfrutó de un ambiente de felicidad, alegría y satisfacción acompañado de música, bailes, risas y animación. Se hicieron agradecimientos y por momentos algunos alumnos no podían contener la felicidad que les estaba causando todo lo vivido hasta ese momento. Algunos ya querían estar en el lugar de los alumnos de 4to. para devolver todo lo que había vivido hasta ese trayecto a los ingresantes de la próxima camada, aunque recién era el comienzo de todo.

Otros, generaron un gran lazo de amistad con estudiantes de último año, proponiéndoles ser sus padrinos, ya que se sentían identificados con ellos/as.

Luego de un descanso se acercaba el final... debían ingresar por un pasillo de sensaciones y sentimientos el cual se encontraba iluminado solo por velas y luces de colores, donde abundaba el silencio y la curiosidad. Se dirigieron al patio interno del instituto y volvieron a ingresar al sum el cual en ese momento ya estaba decorado para dar inicio a la velada nocturna.



Dentro del SUM se encontraban alumnos/as, docentes, porteros, incluso alumnos de todos los años para poder vivenciar ese momento inolvidable. Luego de una extensa jornada se sentaron frente al cálido y luminoso resplandor de las velas y el fogón simbólico, donde había cierta armonía que conmovió a todos. Se procedió a relatar una historia, la historia de los lince y del porqué de ese animal tan especial.

Una vez contada la historia se presentaron dos cajas donde debían dejar dos mensajes, uno se trataba de algo que dejarían atrás, que quisieran cambiar y/o olvidar, quemándolo simbólicamente y el otro se trataba de un deseo a futuro, qué objetivos tienen o tendrían e incluso como se ven de acá al final de la carrera. Esta segunda caja funcionará como una cápsula del tiempo, que





de recibir a otros y estén prontos a irse de la Institución. Luego de vivir un momento donde los recuerdos se reflejaban en lágrimas de felicidad y de tristeza, cada uno de los ingresantes dejó su mensaje en las cápsulas y se cerró la historia con un gran mensaje de los alumnos de 4to. año. 'La propuesta fue brindarles un pequeño consejo desde el lugar que hoy nos toca, que tomen cada una de las enseñanzas que reciban por parte de los grandes docentes en su día a día, como así también de aquellas personas que acompañan su recorrido, que comiencen a sentir lo que van a ser el día de mañana cuando su formación continúe en otra etapa. Que sean bienvenidos y bienvenidas, y disfruten del camino que la vista es hermosa, que no duden, que en la institución nunca va a faltar esa persona que nos ayude a atravesar esta montaña rusa donde abunda la alegría, los juegos, aprendizajes, risas y sobre todo la felicidad.'

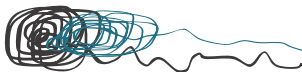
La última sorpresa que teníamos preparada, no se la esperaba nadie. Se trataba de una gran torta dulce que representa la insignia de la "I", dicha torta hecha por alumnos/as de 4to. año ingresó por la puerta del sum acompañada por diferentes agasajos dulces, los cuales fueron donados por docentes, secretarios y directivos. El objetivo siempre fue claro, compartido y respetado, por lo que nos sentimos orgullosos de poder ser parte de este proyecto que hizo mucho ruido, más aún al enterarnos que después de que nos despedimos de los estudiantes, estos se dirigieron a la costanera para poder seguir recordando cada uno de los momentos únicos e inolvidables que vivieron en ese día.

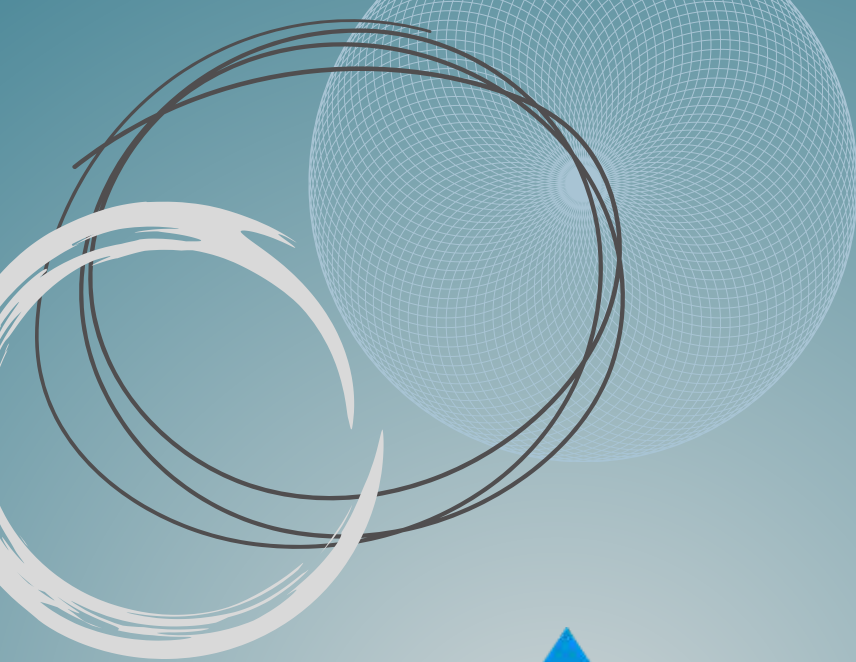
Una vez terminada la velada, antes de despedirnos, se tomó un momento para agradecer por la colaboración y predisposición de cada uno de los docentes y alumnos/as que ayudaron a construir y reconstruir esta nueva mirada con respecto a la bienvenida, cada uno de ellos y ellas que aportaron su granito de arena a este proyecto y a su vez, trajeron consigo un cofre lleno de recuerdos, recuerdos de cómo lo vivieron ellos/as y sus compañeros/as, qué cosas los marcaron y consideran que los ayudaron a ser el o la profesor/a que son hoy en día, qué cosas les gustaría poder transmitir a sus alumnos y compañeros/as y a toda la gente que aman, ya que cada uno es un granito de arena, por ende si todos juntos nos apoyamos y vamos hacia el mismo camino, podemos convertirnos en una gran montaña que perdurará para siempre en el tiempo. Por lo tanto, si quieres llegar rápido camina solo, pero si quieres llegar lejos, debemos caminar en grupo y de eso se trata nuestra hermosa carrera.



Carolina Caullan - Richard De Mora

*Estudiantes 4to. Año del Profesorado de Educación Física
Instituto de Formación Docente Continua en Educación Física.
Viedma - Río Negro*





Departamento Investigación y Extensión



054 2920 422397



ifdcrevistadigital@gmail.com



<https://ifdviedma-rng.infed.edu.ar/sitio/>



Bv. Ayacucho 1093. Viedma.

Río Negro. Argentina.

Código Postal 8500

Coordenadas:

-40.803394926854, -63.00666263966562