

PLAN DE ACTIVIDADES FISICAS (RECRREATIVAS) Y LUDICAS DIRIGIDAS A
ESTUDIANTES DE SEIS (6) INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DEL
MUNICIPIO DE FUSAGASUGÁ ORIENTADAS AL DESARROLLO DE HABILIDADES
SOCIALES

MIRIAM GIOVANNA GAONA VILLALBA

Lic. HELBER ALONSO RODRIGUEZ CRUZ

COORPORACION UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

ESPECIALIZACION EN GERENCIA DE PROYECTOS

SILVANIA

2014

Proyecto

Plan de actividades físicas lúdicas- recreativas dirigidas a estudiantes de seis instituciones educativas públicas del municipio de Fusagasugá orientadas al desarrollo de habilidades Sociales

Miriam Giovanna Gaona Villalba

Lic. Helber Alonso Rodríguez Cruz

Tutor

Corporación Universitaria Minuto De Dios

Especialización en gerencia de proyectos

Silvania

2014

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION	6
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
Descripción de la situación problemática.....	8
Formulación del problema	11
OBJETIVOS	12
Objetivo general	12
Objetivos específicos.....	12
JUSTIFICACION	13
MARCO REFERENCIAL.....	16
Marco teórico	16
Teoría Constructivista de Vigotsky	16
Aprendizaje experiencial de Jhon Dewey	18
Aprendizaje de Carl Rogers.....	20
Marco conceptual	22
La adolescencia.....	22
Agresividad.....	26
Actividad física.....	32
Recreación y lúdica	35
Marco legal.....	39
Ley de prevención al Agresión escolar LEY 1620 DE 2013 (marzo 15).....	39
Deporte y recreación.....	40
METODOLOGIA	43
Adolescente, proceso de desarrollo y ambiente escolar.....	45
Emociones y afectividad en el adolescente	49
Agresividad en el contexto educativo o Agresión escolar.....	57
ESTUDIO DE MERCADO	63
Antecedentes demanda.....	63

Análisis	71
Análisis de la demanda.....	73
Análisis de la oferta.....	75
Antecedentes de la oferta.....	75
Tipo de proyecto	76
Plan de trabajo	77
Estructura del programa.....	80
ESTUDIO TÉCNICO	88
Recursos	88
Recursos materiales	88
Recursos físicos	88
Recursos humanos	89
Fuentes de recurso e inversión.....	89
Localización	91
Macro localización	91
Micro localización del proyecto	91
Tamaño y distribución interna (planta física)	92
Determinación de insumos y suministros.....	93
Diseño del plan.....	94
ESTUDIO FINANCIERO	96
Fuentes de ingreso	101
Evaluación financiera	101
Proyección de impactos.....	103
Impacto económico	103
Impacto social	103
CONCLUSIONES	105
Anexo I Encuesta Adolescentes De 13 A 15 Años	111

TABLA DE CONTENIDO DE GRÁFICOS Y CUADROS

Cuadro 1. Cronograma Actividades Ejecución Proyecto.....	45
Grafico 1. Población Estudiantil de Fusagasugá 2013.....	73
Tabla 1. Población Estudiantil 2013.....	74
Tabla 2. Población Estudiantil por Instituciones Educativas: Adolescentes 2013.....	74
Cuadro 2. Cronograma de plan de intervención.....	88
Tabla 3. Materiales, insumos y suministros.....	93
Tabla 4. Recursos Humanos.....	94
Tabla 5. Plan de Inversiones.....	96
Tabla 6. Estado de Resultados.....	97
Tabla 7. Costos Variables y costos fijos.....	98
Tabla 8. Resultado de inversiones.....	100
Tabla 9. Flujo de Caja.....	100

INTRODUCCION

Las sociedades actuales con infinidad de hábitos y costumbres, procesos de globalización y diversificación de culturas poseen características y condiciones tan diversas que generan en sus integrantes necesidades específicas que han creado condiciones de alto factor de riesgo para el desarrollo social sostenible de las comunidades, teniendo en cuenta la oportunidad y circunstancias en las que se encuentran. Una de las principales necesidades del ser humano es relacionarse y establecer vínculos afectivos que permiten identificarlos como seres sociales y tendientes a la convivencia en grupos, condiciones que obligan a buscar espacios de relación, empatía y elaboración de constructos sociales, sin embargo existen factores que limitan estos procesos y frenan considerablemente el progreso social de los individuos: la violencia y la agresividad.

En este sentido las instituciones educativas no son ajenas a estas problemáticas, espacios donde es cada vez más habitual encontrar casos de agresiones, amenazas, acoso, sabotaje y demás comportamientos propios de la conducta agresiva, situaciones que limitan la posibilidad de generar espacios sanos y constructivos de vínculos emocionales y sociales. Lamentablemente se ha evidenciado un incremento de estas conductas en la población adolescentes, quienes debido a su condición física, social, y emocional poseen factores de riesgo que en ambientes poco edificantes, condicionan al individuo y obstaculizan su desarrollo personal.

Teniendo en cuenta la necesidad de intervenir esta problemática se presenta a continuación un proyecto que busca determinar las causas generadoras de la conducta agresiva

en los contextos educativos durante el periodo de la adolescencia, cómo se logra evidenciar esta condición en las instituciones Educativas Públicas del municipio de Fusagasugá y, posteriormente el diseño y propuesta de un plan de intervención basado en la actividad física recreativa dirigida como estrategia de disminución de la conducta agresiva, estableciendo espacios de desarrollo de habilidades sociales.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Descripción de la situación problemática

La violencia escolar es un fenómeno que se presenta a nivel mundial, desde décadas atrás, pero, el incremento de las conductas violentas o agresivas por parte de los estudiantes en las instituciones educativas públicas y privadas de Colombia ha disparado las alarmas a nivel Nacional, teniendo en cuenta que los casos de agresiones físicas, riñas, uso de armas blancas, disputas callejeras, insultos y agresiones verbales, acoso, amenazas, desacatamiento de normas y reglas, y demás comportamientos violentos han aumentado, y las consecuencias se han tornado más evidentes: lesiones personales, muerte, deserción escolar, aumento de pandillismo, y bajo rendimiento escolar, entre otros.

Esta situación se manifiesta en cualquier institución, grado o aula, y puede ser generada por múltiples factores que afectan al agresor, a la víctima y a los espectadores: problemas de comunicación, violencia intrafamiliar, problemas económicos, abandono, baja autoestima, baja tolerancia a la frustración, etc., generando comportamientos agresivos como respuesta. Aun cuando el comportamiento agresivo es inherente al ser humano, al igual que las manifestaciones de alegría, dolor, rabia o miedo, al ser sentimientos elaborados y expresados según la experiencia producida por el entorno, la herencia genética y la disposición personal, la preocupación generalizada es debida a la frecuencia del comportamiento y a la ausencia de diferentes alternativas de expresión ante situaciones intoleradas por el individuo: “todo se resuelve a los golpes”

En el municipio de Fusagasugá se ha evidenciado según reportes de la Secretaria de Educación y la Secretaria de salud de 2013 que el comportamiento agresivo o violento se

manifiesta en todos los grados escolares, pero son más frecuentes y determinados en estudiante en edades entre los 12 y 17 años o adolescencia, siendo el ciclo vital donde se manifiesta la mayor cantidad de cambios físicos, psicológicos, sociales, sexuales y emocionales del individuo, alterando la percepción personal de sí mismo y generando necesidad de reafirmación, condiciones que facilitan las reacciones agresivas que se incrementan por actividades delictivas como: el pandillismo, las barras bravas, el consumo de alcohol, cigarrillo y Sustancias psicoactivas ilegales, situaciones que amplían los contextos de manifestaciones agresivas: calles, parques, reuniones, encuentros deportivos, etc., actitudes reforzadas por la rivalidad y la necesidad de liderazgo.

Este tipo de actividades son iniciadas en la pre - adolescencia y llevadas a cabo por los estudiantes en la mayoría de casos durante su tiempo libre o jornada contraria de estudio, y se encuentran directamente relacionadas con la fortaleza o debilidad del núcleo familiar al que pertenecen y la existencia o no de redes de apoyo. En vista de que la intervención en el contexto familiar es limitado y que se busca establecer una estrategia que permita abordar un número de estudiantes significativo, se requiere la construcción de proyectos que involucren de manera activa los diferentes actores que participan en la agresión: estudiantes, docentes y padres, y que reduzcan de manera considerable la situación de riesgo más latente, en esta caso: el mal aprovechamiento del tiempo libre.

Considerando la importancia de la incursión de estrategias y metodologías pedagógicas que permita el fortalecimiento emocional y afectivo de los estudiantes, a través de actividades de esparcimiento y aprovechamiento del tiempo libre, se propone el aprendizaje experiencial mediante actividad física dirigida como estrategia para disminuir las manifestaciones de agresividad, propiciar espacios sanos de socialización, facilitar el desarrollo de habilidades

sociales y generar alternativas de comunicación asertiva, metodología aplicada en diferentes contextos y países con gran éxito.

Formulación del problema

¿Cómo un proyecto de actividades Físicas (recreativas) y Lúdicas dirigidas pueden favorecer el desarrollo de habilidades sociales y la disminución de conductas violentas en estudiantes de 12 a 16 años de Seis (6) Instituciones educativas públicas del municipio de Fusagasugá?

OBJETIVOS

Objetivo general

Diseñar un Plan de actividades Físicas (recreativas) y Lúdicas dirigidas a estudiantes de 12 a 17 años de Seis (6) instituciones educativas del municipio de Fusagasugá, facilitando el desarrollo adecuado de habilidades sociales y la disminución de comportamientos agresivos.

Objetivos específicos

Describir la dinámica del adolescente en el contexto escolar y la respuesta agresiva como parte del comportamiento humano mediante una revisión bibliográfica.

Determinar la demanda y la necesidad frente a problemáticas de agresividad y violencia de Fusagasugá identificando la población estudiantil del municipio y sus características demográficas.

Elaborar el plan de Intervención de Actividades Físicas (recreativas) y Lúdicas dirigidas basadas en el aprendizaje experiencial, orientado a estudiantes de las Seis (6) instituciones educativas municipales para disminuir las conductas agresivas.

JUSTIFICACION

Las conductas agresivas siempre han estado presentes en la dinámica de ser humano desde tiempos remotos, ya que, aunque es una forma inapropiada de manifestar los que sentimos o pensamos con relación a situaciones específicas, es una forma de expresión que todos los individuos pueden elaborar. Sin embargo, este tipo de comportamientos son más recurrentes en la actualidad, y son manifestados por personas en todas las edades y todos los contextos, motivados por un estado de desadaptación a las circunstancias de vida: problemas económicos, peleas familiares, falta de apoyo, poca red de apoyo, problemas de autoestima, etc., que en etapas como la adolescencia, se acentúan y aumentan debido a los cambios físicos, psicológicos, sexuales y sociales que se experimentan.

La individualidad, la necesidad de aceptación y la empatía son procesos que se construyen y definen de la experiencia personal de cada individuo, y es durante la adolescencia, una de las etapas determinantes de la personalidad del ser humano, durante la cual las experiencias y vivencias son procesadas y reflejadas en el comportamiento. Las diferentes condiciones que se presentan en la actualidad, que aunque no son circunstancias nuevas, si se ha aumentado su frecuencia y permanencia, como la desestructuración y disfuncionalidad familiar, la ausencia de pautas de crianza, las referencias con alto contenido de violencia en el comportamiento cultural como la televisión o la música, la escases de valores y el principio de aprovechamiento del error ajeno, y demás conductas que se ha vuelto costumbre en el comportamiento de las personas generando diferentes conflictos, variados tipos de agresión, intolerancia, baja tolerancia a la frustración y violencia; condiciones que dificultan las relaciones sociales e incrementan los factores de riesgo para generaciones futuras.

Teniendo en cuenta que este tipo de problemáticas sociales se requiere de soluciones efectivas y de impacto, que generen un espacio de reconfiguración personal y cognitiva en los jóvenes. El diseño de una estrategia de intervención que permita disminuir los índices de agresividad y propicie el desarrollo de habilidades sociales que faciliten la interacción en contextos como el colegio o la escuela, la familia y la interacción con pares y mayores, un proyecto que genere un cambio social y favorezca la disminución de la conducta agresiva como forma de expresión, disminuyendo así los índices de vandalismo, pandillismo, violencia física, sexual y psicológica, consumo de sustancias psicoactivas, y demás manifestaciones de agresividad.

Por ese motivo se construye el Plan de Actividades Físicas recreativas dirigidas a estudiantes de 12 a 17 años, que buscan generar espacios de interacción entre pares o con otros estudiantes de instituciones diferentes, alternado simultáneamente con actividades Lúdicas que los motive a la participación, comunicación, el compromiso, la responsabilidad y demás cualidades o habilidades tanto actitudinales como comunicativas necesarias para establecer ambientes sociales saludables.

Para lograr un impacto significativo se requiere del uso de una estrategia Metodológica alternativa a las tradicionales actividades de promoción y prevención, motivo por el cual el referente teóricos será el Aprendizaje Experiencial para el diseño de las actividades propuestas, la cual propone la adquisición de conocimiento mediante la relación directa del estudiante con el objeto de estudio, donde se permita la construcción de un concepto propio basado en la experiencia. Esta metodología permite conocer y aprender de lo conocido, y no limitar la relación del individuo con el objeto de estudio.

Es importante destacar que este proyecto está orientado a un beneficio de carácter social, porque aunque se generan diferentes empleos e impacto económico para algunos sectores del municipio, la principal meta como estudiantes de la especialización de Gestión de Proyectos de la Universidad Uniminuto, y haciendo parte del quehacer como profesionales en los diferentes campos en los cuales estamos inmersos (Psicología y Educación Física Recreación y Deportes) se hace necesario contribuir al desarrollo sostenible de las comunidades en las cuales interactuamos mediante alternativas de generación de conocimiento y acompañamiento en el fortalecimiento de procesos psicológicos y sociales que favorezcan su desarrollo y disminuyan las condiciones que propician factores de riesgo de estas dinámicas.

MARCO REFERENCIAL

Marco teórico

Teoría Constructivista de Vigotsky

Los fundamentos teóricos de la propuesta en la aplicación de actividades físicas dirigidas como estrategia para la reducción de la agresividad y el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes pueden ser referenciados desde diferentes perspectivas pedagógicas, psicológicas y del desarrollo, encontramos por ejemplo la teoría constructivista de Vigotsky (1917) la cual indica, que para que se produzca aprendizaje el sujeto debe construir su conocimiento y reconstruirlo a través de la acción, el aprendizaje no es una actividad individual, sino una actividad social basada en la experiencia. En este punto Según Vigotsky, son importantes las interacciones sociales que permitan organizar y orientar la actividad del individuo¹. El proceso de aprendizaje de las personas no se efectúa únicamente en el contexto escolar, ya que diferentes contextos y experiencias pueden determinar los procesos de aprendizaje, teniendo en cuenta la cultura en la que se encuentra inmerso el individuo, la cual proporciona una significación a la experiencia, permitiendo un desarrollo individual y de socialización.

Para Vigotsky la conducta humana se caracteriza por ser un producto de diferentes elementos, entre estos, las generaciones anteriores que no están presentes al nacer, sino que se adquiere mediante procedimientos diversos como la educación, es una experiencia histórica: la suma de la experiencia heredada más la experiencia individual. De igual manera la experiencia

¹ El legado pedagógico del Siglo XX, GRAÓ, 2011- Lev Vigotsky p. 207

social que es aquella que permite establecer conexiones a través de la experiencia que han tenido otros seres humanos, elementos que hacen parte de los procesos psicológicos superiores que guían la conducta humana mediante la autorregulación, y en consecuencia provocan una adaptación activa al medio:”...En lo que respecta a las funciones superiores, el rasgo principal es la estimulación auto generadora, es decir la creación y uso de estímulos artificiales que se convierten en las causas inmediatas de la conducta” (Vigotsky, 1979, p 69).

En este orden, según Vigotsky se identifica el proceso de relación del ser humano producto exclusivo de las funciones superiores el cual es fundamental en la construcción y configuración de la conciencia del individuo: la significación siendo la creación y uso de signos y símbolos o el lenguaje, que aunque tiene un origen social y aparece en el ámbito de las relaciones con los demás, como elemento regulador y coordinador de los intercambios sociales, al ser dominado por el individuo en su práctica social, es usado de manera interna o subjetiva en un proceso de comunicación interior que busca regular y planificar o cuestionar y analizar la conducta, procesos que identificamos como la conciencia propia de la existencia.

Dicha conciencia es producto de la experiencia personal y social, e influencia el comportamiento de la persona. Sin embargo la conciencia termina siendo un producto social que emerge de las relaciones que establecen las personas entre sí, cuyo contexto cultural es relevante y según la acciones ejecutadas pueden favorecer o no la vida social del individuo². Esto quiere decir que en la medida en que el proceso de aprendizaje de individuo este basado en experiencias significativas, positivas y orientadas al fortalecimiento del mismo, la conciencia generada de sí le permitirá establecer relaciones sociales sanas, basadas en la significación y canalización positiva como producto del conocimiento o aprendizaje realizado.

² El legado pedagógico del Siglo XX, GRAÓ, 2011- Lev Vigotsky p. 221

Por este motivo es imperativo reconocer que “...aparte de tener en cuenta qué se aprende, se debe considerar el cómo, donde y cuando, de manera que se propicie la intensificación de las relaciones interpersonales positivas del sujeto y el grupo en un contexto social determinado” (Ferreiro, 2012, p. 65), y no se puede olvidar el componente emocional del ser humano como aspecto fundamental para el desarrollo de su personalidad y conducta.

Aprendizaje experiencial de Jhon Dewey

Otro gran exponente que, basado en la teoría pragmática busca orientar los procesos educativos a través de la experiencia, es Jhon Dewey, filósofo, psicólogo y pedagógico quien propone la reconstrucción de las prácticas morales y sociales, y también de las creencias mediante la aplicación de métodos científicos y su conocimiento crítico³. Dewey consideró que la experiencia es el intercambio del individuo con su medio físico y social, y no exclusivamente un asunto de conocimiento, implicando una integración de acciones y actitudes. Dicha experiencia supone un esfuerzo por cambiar lo dado, y posee una dimensión proyectiva, de modificación de la realidad inmediata⁴, exigiendo procesos de reflexión e inferencia. Para Dewey la educación es una constante reorganización y reconstrucción de la experiencia.⁵ Esto orienta la necesidad de la ruptura de los procesos educativos tradicionales enmarcados en un currículo y delimitados a un aula de estudio, para trasladarlos a ámbitos de procesos sociales, en contextos culturales que exijan procesos reflexivos, críticos y analíticos de los estudiantes, que permitan reconstruir o reconfigurar el orden social.

³ El legado pedagógico del Siglo XX, GRAÓ, 2011-JhonDewey p. 23

⁴ El legado pedagógico del Siglo XX, GRAÓ, 2011 – Jhon Dewey p. 28.

⁵ Dewey, J. Democracia y Educación, pag 73.

Es necesario reconocer que tanto la experiencia como el pensamiento son la misma cosa, al igual que esta dicotomía la educación progresivista busca eliminar otras dicotomías como las existentes entre alma-cuerpo, psíquico-físico, teoría-práctica, reflexión-acción, empírico-racional, intelecto –emoción, naturalismo-humanismo, sociedad-naturaleza, individuo-mundo, trabajo-ocio, juego- trabajo, etc, proponiendo una visión holística y complementaria de estas dimensiones del ser humano⁶.

Para Dewey el producto de la experiencia del individuo con relación a un contexto social, cultural, económico, político definido debe ser el pensamiento reflexivo basado en el conocimiento adquirido, que le permita “el examen activo, persistente y cuidadoso de toda creencia o supuesta forma de conocimiento a la luz de los fundamentos que lo sustenten y las conclusiones a las que tiende” (Dewey, 1930, p. 25). Esto supone un proceso personal y subjetivo que le permita al estudiante adquirir conocimientos y construir conocimientos basado en el contacto con la realidad, la práctica y la interacción social. Cabe resaltar que este proceso debe realizarse con el apoyo de un educador como guía y orientador de los alumnos, quien también se halla en proceso de reflexión y crecimiento, no como un maestro-camarada que actúe como acompañante pasivo.

Finalmente, y sin ser menos importante, se hace necesario referirnos a la intención de Dewey en reformular la clase filosófica de la educación adecuándola para las necesidades y exigencias de una sociedad democrática moderna, que, según su obra *Democracia y Educación* permite “la formación abierta del sujeto humano, la contingencia de las normas y valores democráticos, la futilidad (poca importancia) de las ideas utópicas acerca de un Yo

⁶ Dewey, J. *Democracia y Educación*, passim.

predeterminado y prefabricado, la convicción de que no hay corpus del conocimiento –objetivo- que trascienda el contexto histórico que le da sentido y significación”⁷.

Aprendizaje de Carl Rogers

Otro referente teórico tomado en cuenta para este Proyecto es el proceso de aprendizaje propuesto por Carl Ransom Rogers, psicólogo Norte americano, denominado como Aprendizaje experiencial, que identifica la necesidad del individuo de aprender no solo para acumular conocimiento, sino para modificar (mejorar) su conducta: las acciones que escoge para el futuro, sus actitudes y formas de relación e interacción social y con su entorno.

La construcción teórica y práctica de esta propuesta de aprendizaje se produce desde los aportes de Rogers al mundo de la educación, aportes fundamentados en el principio de la no-directividad y la terapia centrada en el cliente, que toma como referencia la experiencia personal del interlocutor para trabajar desde su propia percepción⁸.

Según Josep M. Puig (2011) Rogers realiza varias formulaciones educativas básicas que exponen:

1. Todos los individuos tienen una tendencia innata a actualizar sus posibilidades vitales que se expresan en una capacidad de aprender; una capacidad que se activa cuando el sujeto está seguro de sí mismo, encuentra un clima de libertad y es valorado positivamente por parte de su entorno.

2. La pedagogía no directiva es un principio que debe dirigir todos los intercambios humanos y en especial los educativos, de modo que nadie debe tomar en sus manos los procesos

⁷ El legado pedagógico del Siglo XX, GRAÓ, 2011 p. 36

⁸El legado pedagógico del Siglo XX, GRAÓ, 2011 Carl Rogers p. 167

de crecimiento personal y formación de otras personas. Nadie aprende nada relevante bajo presión.

3. El aprendizaje centrado en el alumno supone que no hay desarrollo personal ni adquisición de conocimiento si no es a partir de la experiencia de cada sujeto. Nadie debe imponer significados a los demás y nadie aprende nada significativo al margen de sus intereses vitales.

4. Los educadores deben ayudar a sus alumnos a desarrollar su impulso optimizador manifestando actitudes como la empatía, la autenticidad y la confianza. Cuando un alumno se siente personalmente reconocido se incrementa su rendimiento y el valor de lo que aprende.

Según Rogers los educadores óptimos debían unas actitudes interpersonales básicas, como:

Comprensión empática: la capacidad de entender desde el interior de las reacciones de un estudiante y ser consciente de forma vivencial del modo como el estudiante experimenta su proceso de formación. Se trata de entrar en el universo de sentimientos del otro sin ninguna defensa o juicio previo.

Autenticidad: o congruencia del educador es la capacidad de ser una persona verdadera y autentica consigo misma y capaz de entrar en relación con los demás. Se trata que el educador ponga de acuerdo sus sentimientos, la conciencia que tiene de ellos y las expresiones externas como los manifiesta.

Aceptación y confianza: el sentimiento hacia el estudiante que supone el su reconocimiento en tanto demuestra interés y valor de las posibilidades personales para lograr lo que se propone. Esta habilidad disminuye las probabilidades de juzgar al otro.

Estos supuestos de Rogers permite identificar un ambiente propicio para el aprendizaje del estudiante y a través de la experiencia y la práctica, condición que le permita realizar una reestructuración de sus constructos psicológicos, modificación o consolidación de valores, y por ende la forma de comportarse o conducta.

Rogers hace aportes importantes en cuanto a las ideas básicas del desarrollo e la personalidad y las relaciones humanas, afirmando que “los seres humanos tienen la capacidad latente o manifiesta de comprenderse a sí mismos y de resolver sus problemas de modo suficiente para lograr la satisfacción y la eficiencia necesarias a un funcionamiento adecuado”⁹

Marco conceptual

La adolescencia

El concepto de adolescencia referido a un ciclo vital del ser humano es relativamente nuevo, teniendo en cuenta que esta etapa estuvo ligada a la niñez hasta el siglo XVIII, donde se reconocía la transformación física del individuo, pero no se consideraban sus cambios psicológicos y sociales, tan importantes y decisivos como los anteriores, aunque se hiciera una relación superficial entre las conductas de indisciplina y rechazo de las normas durante los 13 a los 18 años, aun en la antigua Grecia. Es hasta el siglo XX, según Joseph Kett (1977) que se genera una inquietud y preocupación real por la juventud (1900 a 1920), al ser considerada la etapa del proceso biológico de maduración del ser humano.

⁹ Rogers C.R. Psicología y relaciones humanas, Madrid Vol 1 p. 28.

Según Bakan, 1972, a principios del siglo XX se presentaron cambios sociales importantes que permitieron delimitar la etapa adolescente: educación obligatoria hasta los 16 años, prohibición del trabajo infantil, y diseño y establecimiento de leyes específicas que determinaban la responsabilidad de los jóvenes con la sociedad¹⁰. Estos acontecimientos permitieron identificar el rol de este periodo de vida, donde se presentan dificultades emocionales y conductuales que finalizan al llegar la madurez.

Actualmente la adolescencia se identifica como una etapa de la vida del ser humano ubicada entre los 13 y 17 años, durante la cual los hombres y mujeres manifiestan cambios físicos, emocionales, sociales y psicológicos¹¹, una etapa de transición donde se manifiestan todas las dudas, vacilaciones e incertidumbres humanas¹², siendo el espacio para la construcción del niño al adulto, motivo por el cual aumenta la exigencia y expectativa de las actividades desarrolladas durante esta época de la vida.

Construcción científica del concepto adolescencia

La adolescencia como determinante del desarrollo del ser humano ha tomado interés como tema científico recientemente: a partir de 1940, con los estudios realizados por Stanley Hall (1904), donde se identifica la adolescencia como un periodo caracterizado por cambios conductuales, conflictos y enfrentamiento a las normas, considerado el estrés y turbulencia como condiciones asociadas a los cambios que se producen durante la pubertad (cambios biológico y físicos), generando modificaciones de conductas y rasgos relacionados con el desarrollo mismo de la persona al tomar conciencia de Sí.

¹⁰ Adolescencia y Agresividad, Fabiola Muñoz Vivas, universidad Complutense, Madrid 2000

¹¹ Profamilia, temas de sexualidad, 2013

¹² Para adolescentes y padres, Julián Melgosa, 2998

Para Anna Freud (1946) la adolescencia es considerada un periodo de conflicto emocional, desequilibrio psicológico y conducta errática, afirmando, según Fabiola Muñoz (2000) que “los adolescentes oscilan entre la rebelión y la conformidad, no sólo son egoístas y materialistas, sino también moralmente idealistas; su conducta fluctúa entre ser desconsiderados y rudos pero también cariñosos y tiernos; entre el ascetismo y el hedonismo, el entusiasmo infatigable y el hastío indiferente; entre la confianza más absoluta y la duda medrosa”. Al igual que Sigmund Freud, considera el rol del *ello*, *yo* y *súper yo* como consecuentes del desarrollo de la personalidad durante la adolescencia.

Según Anna Freud, la madurez sexual alcanzada en la pubertad es la que causa el desequilibrio psíquico, al presentarse un incremento en las pulsaciones instintivas: impulso sexual, rebeldía y hambre física, generando conflicto entre el *ello*, *yo* y *súper yo*, el cual debe ser superado de manera satisfactoria para que se produzca una madurez sana.

Sin embargo no todas las teorías que buscan explicar el comportamiento del adolescente consideran los componentes patológicos como argumento suficiente, ya que no todos los adolescentes son violentos, ni todos los conflictos psicológicos que se presentan durante esta etapa, y que son descritos como un proceso “normal”, son superados definitivamente para una vida adulta. La postura de la Antropología Conductual de Margaret Mead (1939) y Ruth Benedict (1934) propone que la conducta adolescente depende en gran parte del aprendizaje cultural, teniendo en cuenta conceptos como continuidad y discontinuidad: donde la continuidad de los patrones de comportamiento asumidos por una sociedad permite una transición entre las etapas menos turbulenta que aquella donde la diferencias o discontinuidad de actividades y tendencias que llevan a cabo los adolescentes con relación a otras etapas de la vida son significativas.

La antropología afirma que debido a la condición del ser humano no se pueden establecer patrones universales del desarrollo de la conducta, ya que, el comportamiento adolescente es la creación de una relación biológica, psicológica y social del individuo con su entorno. El comportamiento del adolescente puede estar asociado a los patrones heredados de su familia, pero también a la educación y costumbres familiares y finalmente a las características y elementos básicos de las relaciones sociales que establece con sus pares y las figuras de poder.

Según Erickson (1950 – 1959) el principal objetivo psicosocial de la adolescencia es el logro de una identidad, siendo un espacio de ensayo y “moratoria Social”, donde el adolescente busca una identidad personal o “yo” y una identidad social y colectiva “nosotros”. Otra postura interesante es la de Robert Havighurst (1972) quien, según Fabiola Muñoz (2000) propone que “la combinación de las demandas sociales con las necesidades del individuo establecen unos conocimientos, actitudes, funciones y habilidades que cada persona debe adquirir en un momento determinado de la vida, mediante la maduración física, el esfuerzo personal y las expectativas sociales, las cuales denomina *Tareas de Desarrollo* las cuales son:

1. Aceptar el propio cuerpo y aprender a usarlo.
2. Formar relaciones nuevas y maduras con los iguales de ambos sexos.
3. Adoptar un rol sexual masculino o femenino.
4. Independizarse emocionalmente de los padres.
5. Prepararse para una profesión.
6. Prepararse para la vida de pareja y la familia.
7. Desear y lograr una conducta socialmente responsable.

8. Adoptar un conjunto de valores y una ideología.

El éxito o fracaso en el logro de estas tareas permite la construcción de adolescentes sanos y productivos o inestables y débiles emocionalmente.

La teoría de enfoque cognitivos y evolutivos propone que durante la adolescencia se lleva a cabo una reestructuración de las capacidades cognitivas, donde se produce un desarrollo del pensamiento infantil al pensamiento formal o adulto, esto a un nivel cerebral, motivo por el cual requiere analizar y reconstruir su realidad¹³.

Considerando todos los aportes que han realizado grandes científicos y pensadores a lo largo de la historia al concepto de adolescencia, se puede concluir que si bien se ha logrado determinar aspectos importantes en la descripción del comportamiento de esta etapa de la vida, es muy complejo establecer estructuras universales de la misma, ya que todas los estudios realizados abarcan la temática de una manera unidireccional, o unilateral, y evidentemente por la complejidad de los procesos de desarrollo que se dan en la adolescencia, no se puede negar la importancia de todos sus elementos o compuestos: biológicos, personales, sociales, culturales, económicos, religiosos, etc.

Agresividad

Actualmente existen diferentes definiciones del concepto agresividad que buscan considerar todos los elementos que la componen y el rol que desempeña en el establecimiento de relaciones entre los seres humanos. Las primeras definiciones identifican en la agresividad como

¹³ Adolescencia y Agresividad, Fabiola Muñoz Vivas, universidad Complutense, Madrid 2000

un estado o disposición, como lo indica Fabiola Muñoz (2000) quien considera los aportes de: Van Rillaer (1978, p.23) la define como “la disposición dirigida a defenderse o afirmarse frente a alguien o algo”, Lagache (1960) la conceptualiza como “una disposición indispensable para que la personalidad pueda educarse, y más ampliamente, para que el individuo adopte su sitio en el medio social y responda a los desafíos que la realidad le impone”.y Berkowitz (1996, pA3) afirma que la agresividad hace referencia a la “disposición relativamente persistente a ser agresivo en diversas situaciones diferentes.

Existen varios elementos claves en la agresividad: primero es una conducta, es decir un modo de actuar y por lo mismo exige una consciencia del acto; segundo es producida por un estímulo ya sea interno o externo que afecta al individuo, tercero tiene una intención que puede variar entre estrategia de defensa o forma de ataque (considerada la más habitual), cuarto posee una intensidad que esta moderada según el manejo emocional que le da el individuo al estímulo, motivo por el cual no todas las personas reaccionamos igual ante la misma situación y quinto utiliza un medio ya sea activo o pasivo para ser manifestada.

Existen diferentes teorías que has tratado de explicar el comportamiento agresivo del ser humano, las primeras que se establecieron pretendieron identificar la agresividad como una conducta innata y catalogada como “instinto agresivo”. Entre los principales precursores de esta afirmación se encuentra el psicoanalista Sigmund Freud, quien consideró que “el hombre es un ser entre cuyas disposiciones instintivas debe incluirse una buena porción de agresividad. Por consiguiente, el prójimo puede ser considerado como un motivo de tentación para satisfacer la agresividad... para humillarlo, para causarle sufrimientos, martirizarlo y matarlo” (1930.p. 52). Otro valor que asignó a la agresividad es el de agente dinamizador del desarrollo psicosocial del ser humano como pulsión, fluctuando e influenciando el *yo*, *ello* y *súper yo*, otorgándole

autonomía y protagonismo en situaciones que generaban goce sádico, rabia destructora, violencia como forma de dominio y, principalmente pulsión de muerte.

Otros estudios realizados por el doctor Konrad Lorenz (1966) basados en la Etiología, sostienen que la agresividad posee una función adaptativa para el ser humano, al igual que para otros animales, contribuyendo a la supervivencia, la preservación del individuo y la especie, siendo una especie de motor o energía impulsadora del “hacer”. Esta función adaptativa según Lorenz, retomado por Fabiola Muñoz (2000) se pueden clasificar en dos tipos básicos: la agresión inter-específica como mecanismo de auto preservación, y la agresión intra-específica como la típica conducta agresiva. Estas apreciaciones tuvieron mucha importancia en su época pero la consideración de la violencia o agresividad como una conducta “ya asignada” al ser humano y biológicamente inmodificable fue posteriormente debatida y cuestionada, teniendo en cuenta vacíos científicos, problemas epistemológicos y impacto social que tuvo en el constructo imaginario de las sociedades o grupos sociales que conocieron y se apropiaron de dichos conceptos, asimilando la agresividad como un recurso válido, destinado a asegurar la supervivencia y así, se consideró válido el argumento de que actitudes como la guerra y la muerte podrían considerarse como medios justificables para drenar la agresión.

A raíz de las afirmaciones o conjeturas generadas por las primeras teorías sobre la agresividad se realizó una convención en Sevilla durante 1986 con el fin de determinar que: 1. Científicamente es incorrecto afirmar que hemos heredado de nuestros antepasados los animales una propensión a hacer la guerra. 2. Científicamente es incorrecto decir que la guerra o cualquier otra forma de comportamiento violento esta genéticamente programada en la naturaleza humana”. 3 científicamente es incorrecto decir que a lo largo de la selección humana se haya operado una selección a favor del comportamiento agresivo sobre otros tipos de comportamiento.

4. Científicamente es incorrecto decir que los hombres tienen un cerebro violento”. 5. Científicamente es incorrecto decir que la guerra es un fenómeno instintivo o que responde a un único móvil¹⁴.

Posteriormente se desarrollaron diferentes teorías que consideraban la conducta agresividad como comportamiento o conducta aprendida, como un producto del aprendizaje; el caso de la teoría del aprendizaje de Bandura(1973), Berkowitz (1974, 1984) y Huermann (1982) entre otros. Estas teorías reconocen que el aprendizaje se produce como el resultado del reforzamiento de la propia conducta o mediante la observación del comportamiento de otras personas¹⁵, lo que supone que conductas como la agresión pueden ser aprendidas de los contextos en los cuales se desenvuelve el individuo: por repetición de la información emitida por otras personas, o por la permisividad ante la conducta manifiesta del individuo, aceptación grupal o social de comportamientos hostiles o agresivos (niños mimados o extremadamente consentidos).

Existen diferentes hipótesis que buscan explicar la conducta agresiva a través del proceso de aprendizaje: frustración – agresión: propuesta por Neal Miller (1941) considera que la frustración es el sentimiento generado en alguien al no obtener la gratificación o los resultados esperados, situación que genera una respuesta des adaptativa que puede ser Agresiva, la cual es regulada teniendo en cuenta la capacidad de socialización y aprendizaje del individuo, condición que se convierte en dificultad cuando el ambiente no proporciona los refuerzos necesarios para fortalecer estas capacidades. Posteriormente se consideró que más que un factor determinante (la frustración) se identifica más como un estímulo inversivo no placentero el cual evoca un afecto

¹⁴ Muñoz, F. la agresividad y la adolescencia. Tesis doctoral. 2000 p. 36

¹⁵ Muñoz, F. la agresividad y la adolescencia. Tesis doctoral. 2000 p. 42

negativo mediante la producción automática de cogniciones que están asociadas a las tendencias agresivas (Berkiwitz 1988), determinando que la respuesta agresiva ante una situación de frustración es generada por el afecto negativo que posee para el individuo. Esta afirmación incluye un nuevo valor para la conducta agresiva: el proceso cognitivo en la configuración de comportamiento humano.

La teoría del aprendizaje social de Bandura (1973) rechaza en primer medida la concepción innata de la conducta agresiva, ya que no la considera como una pulsión o instinto, sino como una de las múltiples respuestas que puede elaborar un ser humano provocada por una situación conflictiva que puede generar cualquier contexto¹⁶. Bandura considera que la agresividad es “una conducta que produce daño a la persona y la destrucción de la propiedad” (Bandura y Ribes, 1975, p 309) entendiéndose daño como cualquier afectación física, psicológica o emocional, conducta previamente valorada por una clasificación social: teniendo en cuenta el medio y la intensidad de la agresión, para algunas culturas son más aceptables unas conductas violentas que otras, por ejemplo la violencia intrafamiliar del hombre a la mujer mediante agresiones verbales.

Bandura describe diferentes rasgos característicos de la conducta agresiva que permiten determinar que es un comportamiento aprendido¹⁷: la conducta humana y su funcionamiento psicológico es el producto de la interacción recíproca y continua entre un individuo y el medio ambiente donde confluyen los factores sociales (exposición por modelos o ejemplos o experiencias directas), biológicos y genéticos. El aprendizaje de las conductas no se realiza de forma automática; la conducta se asocia a procesos cognitivos establecidos en el individuo, que

¹⁶ Muñoz, F. la agresividad y la adolescencia. Tesis doctoral. 2000 p. 51

¹⁷ ¹⁷ Muñoz, F. la agresividad y la adolescencia. Tesis doctoral. 2000 p. 51

se obtiene mediante la experiencia repetida bajo un mismo estímulo, igual que cualquier otro proceso de aprendizaje. Esos procesos cognitivos también se construyen de la respuesta obtenida al generarse la conducta, los diferentes incentivos o correcciones que se apliquen le permiten al individuo reconocer la conducta según el valor sociocultural asignado: rechazada o aceptada.

Para esta teoría existen tres fuentes principales de moldeamiento de la conducta agresiva: las influencias Familiares cuando los modelos comportamentales que se presenten al interior de la familia pueden aumentar el riesgo de construir individuos agresivos en la medida en que esta conducta sea aceptada, o practicada por algún miembro afectando la estabilidad física o emocional del individuo (hijo golpeado por la madre, un hijo que observa violencia física de su padre a su madre, un hermano menor agredido por los hermanos mayores). Este tipo de condiciones familiares ejercen mucha influencia en la construcción de la personalidad del individuo. Las influencias sub culturales hacen referencia al contexto más global o general, incluyendo ambientes de desarrollo e interacción social como la escuela o los amigos, donde al favorecerse la conducta violenta o agresiva se incrementa la posibilidad de replicar el comportamiento, y, finalmente el moldeamiento simbólico evidenciado en programas de televisión, películas, video juegos, canciones y demás, estímulos que progresivamente alimentan el imaginario social y el constructo de lo “socialmente aceptado”, condición que aumenta los índices de violencia al ser referenciados en los diferentes programas y temas.

Otro factor determinante en el establecimiento y permanencia de la conducta agresiva son las consecuencias que permiten asignarle un valor a la conducta: valor funcional, adaptativo, valor excluyente, etc.

En este sentido se consideran las apreciaciones de la doctora la Dra Joan McCord, Socióloga de la Universidad de Stanford (2002), quien considera la repetición de la conducta agresiva de una persona está directamente relacionada al tipo de respuesta, corrección y retroalimentación que recibe del ambiente: padres o educadores, así:

- identificar las consecuencias de la conducta (daño, dolor) como algo negativo con relación a los sentimientos que produce en la víctima y los espectadores, donde se hace necesario la observación, el análisis y la experiencia del agresor, requiere capacidad intelectual, canales de comunicación y la identificación del otro como igual.

Descalificar la conducta mediante refuerzos negativos (amenazas) donde el comportamiento agresivo se corrige con agresión, determinado por el nivel de poder que se puede ejercer sobre el agresor, el cual es mayor al que éste tiene sobre la víctima: se indica así que hay un derecho o poder de ejercer violencia según el nivel jerárquico en el que se encuentra el agresor.

Y el castigo del comportamiento sin previo aviso, corrigiendo la agresión con agresión equivalente directa (imitar la conducta del agresor), indicando que es la forma correcta de corregir un comportamiento indeseado, motivo por el cual reforzaría la conducta del agresor al considerar la agresión como una respuesta aceptada para un estímulo desagradable, pero mediada por el nivel de poder que se posee sobre la posible víctima.

Actividad física

Se le denomina actividad física a cualquier movimiento corporal voluntario, repetitivo que involucra a los grandes grupos musculares y que aumenta el gasto energético GE por encima de los niveles de reposo. Las cuatro dimensiones de la Actividad Física incluyen frecuencia,

intensidad, duración y tipo. Los cuatro dominios en los cuales ocurre la actividad física incluyen tiempo libre o recreación, transporte, ocupacional y hogar Caspersen, 985 MPS& Coldeportes Tomo 2 HEVS. 2011.

Los cuatro tipos principales de actividad física son la actividad aeróbica, las actividades para el fortalecimiento de los músculos, las actividades para el fortalecimiento de los huesos y los estiramientos¹⁸.

La actividad aeróbica pone en movimiento los músculos grandes, como los de los brazos y las piernas. Correr, nadar, caminar, montar en bicicleta, bailar y dar saltos en tijera son ejemplos de actividad aeróbica. La actividad aeróbica se llama también actividad de resistencia. Durante este tipo de actividad la respiración también se hace más rápida. Con el tiempo, la actividad aeróbica que se realiza con regularidad hace que el corazón y los pulmones sean más fuertes y funcionen mejor.

Las actividades de fortalecimiento muscular mejoran la fuerza, la potencia y la resistencia de los músculos. Hacer flexiones de brazos en el suelo, hacer abdominales, levantar pesas, subir escaleras y cavar en la huerta o el jardín son ejemplos de actividades de fortalecimiento muscular.

En las actividades de fortalecimiento de los huesos, los pies, las piernas o los brazos sostienen el peso del cuerpo y los músculos ejercen presión contra los huesos. Esto ayuda a fortalecer los huesos. Correr, caminar, saltar a la cuerda y levantar pesas son ejemplos de actividades de fortalecimiento de los huesos.

¹⁸ National Heart, Lung, and Blood Institute.

Los estiramientos mejoran la flexibilidad y la capacidad de mover completamente las articulaciones. Tocarse los dedos de los pies, hacer estiramientos laterales y hacer ejercicios de yoga son ejemplos de estiramientos.

La actividad física está estrechamente relacionada con los estilos de vida saludable y la salud integral del ser humano, no referida únicamente a la ausencia de enfermedad física, sino al estado de bienestar que incluye las dimensiones psicológicas y mentales del hombre. La relación de la actividad física con estas dimensiones se ha estudiado recientemente, determinando que al realizar actividad física de forma regular proporciona efectos beneficiosos a nivel psicológico,¹⁹ mientras que una persona que sea inactiva físicamente incrementa sus posibilidades de desarrollar enfermedades y asumir conductas poco saludables: alcoholismo, tabaquismo, sedentarismo, etc.

Se ha logrado determinar a través de procesos de investigación, como los realizados por Faulkner y Sparkes, 1999 que la actividad física realizada de la manera correcta, con los ejercicios indicados e intensidad moderada puede contribuir a disminuir los niveles de ansiedad, depresión y angustia de las personas, al igual que favorece procesos de sueño más placenteros, permite canalizar la ira y las reacciones violentas y favorece el fortalecimiento del autoestima.

La práctica regular y constante de una actividad física mejora la condición física de la persona, acompañada de una dieta saludable y equilibrada, disminuye el estrés y aumenta la autoestima, mejora los reflejos, la agilidad y la capacidad física, proporciona espacios de socialización y nutre el espíritu competitivo.

¹⁹ Marquez, S. Actividad física y salud. 2009. P. 36

La actividad física como agente transformador del ser humano se evidencia en la adquisición y práctica de valores como la responsabilidad, el respeto, el trabajo en equipo, la tolerancia, etc., al presentarse en contextos y situaciones que exigen el trabajo en pro del desarrollo individual y grupal.

Recreación y lúdica

Según Pablo (2000) la Recreación es un conjunto de acciones en las que participan los seres humanos cuando se sienten y están libres de cualquier apremio. Se efectúa habitualmente en el tiempo libre y propicia, a través de hábitos sanos, una actitud solidaria y la realización de los valores del individuo sin afán de cualquier recompensa, lo que permite su creatividad, la superación de su personalidad y la plena integración del ser en el qué hacer; "que una actividad en particular sea o no creativa, depende de la actitud del individuo. Un amplio margen de actividades de tiempo libre posibles, contribuyen a la naturaleza y calidad del buen uso de ese tiempo; ese margen satisfacer las necesidades e inclinaciones de cada persona y, debido a las diferencias individuales, no podemos establecer cuál es la mejor actividad. de acuerdo con varias escalas de valores; El ser humano feliz es aquel que une las satisfacciones diarias de su trabajo con, las formas gustosas del desarrollo individual, compartido o colectivo, que le permitan disfrutar con plenitud de su convivencia en la comunidad, La recreación debidamente practicada, sistematizada y regulada, construye una salud y alegría.

La recreación debe llenar las necesidades del individuo por medio de la asociación grupal en busca de la satisfacción que manifiesta para cada uno de los individuos, el poder compartir las actividades recreativas con otras personas. De aquí nace la responsabilidad que asume la comunidad por el bienestar posterior de sus miembros Es básico inculcar en los miembros de la

comunidad la importancia de los hábitos recreativos para el total desarrollo social, afirma Pablo (2000).

Pablo (2000) presenta una caracterización de la recreación de la siguiente manera:

- Se lleva a cabo durante el tiempo libre o desocupado
- Involucrar actividades que son generalmente auto-motivadas y voluntarias.
- Es por naturaleza seria y requiere concentración del participante.
- Requiere actividad.
- Contempla infinidad de actividades y formas de expresión ilimitadas
- Es un estado de expresión creativa.
- Es constructiva y benéfica para el individuo y la sociedad.
- Algunas veces pueden proporcionar beneficios económicos.

Importancia de la Recreación:

- Mantiene el equilibrio durante la rutina diaria y actividades placenteras, para evitar la muerte prematura de la juventud.
- Enriquece la vida de la gente, Contribuye a la dicha humana.
- Contribuye al desarrollo y bienestar físico.
- Es disciplina, identidad y expresión.
- Como valor grupal, subordina intereses egoístas, Fomenta cualidades cívicas, Previene la delincuencia.
- Es cooperación, lealtad y compañerismo.
- Educa a la sociedad para el buen uso del tiempo libre.

Valor Educativo de la Recreación:

- Como valor educativo, establece conjunto de valores que contribuyen a la formación del individuo.
- Pone sus recursos en favor del educando, para la correlación de las áreas intelectuales.
- Permite el desarrollo integral de la persona.
- Permite la transmisión de la herencia cultural.
- Fomenta el uso constructivo del tiempo libre.
- Adapta socialmente al adolescente
- Despierta la sensibilidad social.
- Entre las formas de participación encontramos: Participación activa: Cuando el individuo participa activamente ejecutando las acciones que le den satisfacción, Participación pasiva: Cuando el individuo se recrea proporcionando los medios para que la recreación activa llegue a las demás persona
- Actividades de expresión gráfica: la Pintura, la Escultura, Repujado, Modelado, Etc.
- Actividades de expresión oral: La poesía, El Canto y Los cuentos.
- Actividades de expresión corporal: El Teatro con todas sus manifestaciones (Títeres, Marionetas, etc.).
- Actividades de expresión musical: Pre dancísticos, Pre folklóricos.
- Área deportiva: Pre deportivos, Deportes, Práctica y Juego.

Pablo (2000) afirma que la lúdica no como un medio, sino como un fin, debe de ser incorporada a lo recreativo más como un estado ligado en forma natural a la finalidad del desarrollo humano, que como actividad ligada sólo al juego; es más bien propender por una

existencia lúdica de tipo existencial, que nos ayude a comprendernos a sí mismos, para comprender al otro en toda su dimensión sociocultural considerándola como un fin. Por otro lado la lúdica la entiende como “una dimensión del desarrollo humano, siendo parte constitutiva del ser, como factor decisivo para lograr enriquecer los procesos. La lúdica se refiere a la necesidad, de comunicarse, sentir, expresarse y producir emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que pueden llevarnos a gozar, reír, gritar o inclusive llorar en una verdadera manifestación de emociones, que deben ser canalizadas adecuadamente por el facilitador del proceso”, bosqueja que la lúdica fomente el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes y da herramientas para consolidar la personalidad, todo a través de una amplia gama de posibilidades que interactúan el gozo, el placer, la creatividad y el conocimiento.

De igual manera dice Pablo(2000) que el desarrollo de las practicas pedagógicas a partir de la lúdica pone como centro el desarrollo integral de la persona, no solo desde la parte de construcción académica sino desde todos los ámbitos que rodean el cotidiano vivir del ser en el mundo, así pues, se desarrollan prácticas para formar seres integrales. La lúdica es tomada como una propuesta pedagógica, que proporciona herramientas innovadoras al orientador, desde la perspectiva de la comunicación y aprendizaje, en otras palabras la lúdica en éste sentido es una herramienta que ayuda al desarrollo integral del estudiante.²⁰

²⁰ Romero, P. Ludica y recreación como proceso pedagógico. Segundo congreso de ED Primera Infancia. 2008.

Marco legal

Ley de prevención al Agresión escolar LEY 1620 DE 2013 (marzo 15)

“Por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar”.

Artículo 4°. Objetivos del Sistema. Son objetivos del Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar:

1. Fomentar, fortalecer y articular acciones de diferentes instancias del Estado para la convivencia escolar, la construcción de ciudadanía y la educación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes de los niveles educativos de preescolar, básica y media.

3. Fomentar y fortalecer la educación en y para la paz, las competencias ciudadanas, el desarrollo de la identidad, la participación, la responsabilidad democrática, la valoración de las diferencias y el cumplimiento de la ley, para la formación de sujetos activos de derechos.

4. Promover el desarrollo de estrategias, programas y actividades para que las entidades en los diferentes niveles del Sistema y los establecimientos educativos fortalezcan la ciudadanía activa y la convivencia pacífica, la promoción de derechos y estilos de vida saludable, la prevención, detección, atención y seguimiento de los casos de violencia escolar, acoso escolar o vulneración de derechos sexuales y reproductivos e incidir en la prevención y mitigación de los

mismos, en la reducción del embarazo precoz de adolescentes y en el mejoramiento del clima escolar.

5. Fomentar mecanismos de prevención, protección, detección temprana y denuncia de todas aquellas conductas que atentan contra la convivencia escolar, la ciudadanía y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los estudiantes de preescolar, básica y media, particularmente, las relacionadas con acoso escolar y violencia escolar incluido el que se pueda generar a través del uso de la internet, según se defina en la ruta de atención integral para la convivencia escolar.

6. Identificar y fomentar mecanismos y estrategias de mitigación de todas aquellas situaciones y conductas generadoras de situaciones de violencia escolar.

7. Orientar estrategias y programas de comunicación para la movilización social, relacionadas con la convivencia escolar, la construcción de ciudadanía y la promoción de los derechos humanos, sexuales y reproductivos.

Parágrafo. Los medios de comunicación realizarán las funciones de promoción de acuerdo con las responsabilidades asignadas en el artículo 47 de la Ley 1098 de 2006.

Deporte y recreación

Constitución política de Colombia

ARTICULO 52: Artículo modificado por el artículo 1 del Acto Legislativo No. 2 de 2000. El nuevo texto es el siguiente: El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas,

competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.

Ley Del deporte

Artículo 3: Todos tienen derecho a practicar actividades deportivas sin discriminaciones fundadas en la raza, sexo, credo, condición social y edad, quedando a salvo las limitaciones que para el resguardo de la salud de las personas establezcan las leyes, reglamentos y resoluciones.

Artículo 9: En la práctica del deporte deberán tomarse en cuenta las características particulares, exigencias somáticas y sociales de los menores de edad, así como la necesidad de su correcto desarrollo y el de las estructuras dedicadas a ello. En consecuencia:

1. A la actividad deportiva de los menores de edad se le dará preferencia en la programación de los espacios y horarios de las instalaciones deportivas.
2. Para la organización deportiva nacional será prioritario el apoyo y el respaldo a las estructuras activas existentes dedicadas a este sector a fin de consolidarlas y fortalecerlas.
3. Deberá enfatizarse el aspecto lúdico-recreativo y minimizarse la presión competitiva de las actividades deportivas realizadas por menores de doce (12) años y;
4. Ningún menor de edad podrá actuar en el deporte profesional, sin la expresa autorización para ello por parte del Directorio del Instituto Nacional de Deportes previo análisis de cada caso particular.

Ley 1098 de 2006 Código de la Infancia y Adolescencia

Artículo 7: Protección integral. Se entiende por protección integral de los niños, niñas y adolescentes el reconocimiento como sujetos de derechos, la garantía y cumplimiento de los mismos, la prevención de su amenaza o vulneración y la seguridad de su restablecimiento inmediato en desarrollo del principio del interés superior

Artículo 30: Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes.

METODOLOGIA

Para la elaboración de la propuesta de plan de actividades físicas recreativas dirigidas a población estudiantil del municipio de Fusagasugá con el fin de disminuir las conductas agresivas y proporcionar estrategias para la construcción de habilidades sociales se hará uso de la investigación aplicada, cuyo principal fin es analizar y consolidar información que permita determinar aspectos prácticos del conocimiento adquirido para la aplicación en la vida diaria, en la solución de problemáticas, en este caso, problemáticas sociales.

La investigación aplicada permite transformar el conocimiento científico o comprobable en conocimiento útil para las comunidades, y es el tipo de investigación indicada para encontrar y proponer soluciones efectivas a problemas concretos para mejorar la calidad de vida de las personas.

La intención inicial de este proyecto es identificar las características básicas de la dinámica grupal en los contextos educativos y los adolescentes, para evidenciar los factores que generan conductas violentas, con el fin de determinar el origen del comportamiento y los diferentes motivos de su permanencia. Posteriormente, se propone determinar específicamente en el municipio de Fusagasugá si se requiere o no un programa de intervención para problemáticas relacionadas con la agresividad y violencia en las instituciones educativas públicas, haciendo análisis de información obtenida de diferentes instituciones municipales que atienden dichas necesidades y ejecutan programas orientados a disminuir la problemática. Y finalmente, considerando que la hipótesis planteada sea confirmada, se establecerán las condiciones básicas necesarias para el diseño de un plan de intervención que permita disminuir los índices de agresividad y generar espacios de fortalecimiento de habilidades sociales.

Para la ejecución de esta revisión se tendrá en cuenta los siguientes pasos:

ANTECEDENTES: se determinan los referentes teóricos que se tendrán en cuenta para orientar la investigación, en este caso se tienen en cuenta las posturas teóricas del Aprendizaje social de Bandura para explicar el proceso de adaptación del ser humano al ambiente y las formas de construcción de la personalidad.

En cuanto a la identificación de las posibles problemáticas de agresividad presentes en el municipio se tendrá en cuenta las apreciaciones de diferentes profesionales que han intervenido en los contextos educativos.

FUENTES DE INFORMACION: se hará una recopilación documental sobre la información bibliográfica referida al problema de estudio: la agresividad y el comportamiento de adolescentes escolarizados: el porqué del comportamiento agresivo y como se da el proceso de desarrollo emocional afectivo de los adolescentes.

De igual forma se obtendrá información institucional de los diferentes actores de intervención en el contexto educativo para generar una impresión diagnóstica del estado actual del clima y dinámica grupal de las diferentes instituciones educativas del Municipio de Fusagasugá y establecer la necesidad de la intervención priorizando la intervención de la problemática.

ANALISIS DE RESULTADOS: En este punto se realizará el análisis cualitativo de la información recolectada, a fin de determinar la oportunidad del proyecto y establecer la demanda del servicio en el municipio de Fusagasugá.

Cuadro 1.

Cronograma Actividades Ejecución Proyecto

Proyección	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8	Semana 9	Semana 10	Semana 11	Semana 12	Semana 13	Semana 14	Semana 15	Semana 16
Recolección de fuentes bibliográficas sobre agresividad y adolescencia	■	■														
Solicitud información secretaria de salud: programas de prevención agresión escolar				■	■											
Solicitud información escuela de policía de sumapaz prevención agresión escolar					■	■										
Análisis de la información							■	■								
Diseño de estrategias y plan de intervención										■	■					
Proyección recursos físicas y estudio financiero												■	■	■	■	■

Adolescente, proceso de desarrollo y ambiente escolar.

Sin lugar a dudas, el ciclo de la adolescencia es muy significativo para el proceso de desarrollo del hombre, al ser la etapa vital que genera mayor inquietud al ser humano y durante la cual se producen más cambios significativos tanto físicos como emocionales y sociales en los individuos. Recientemente se ha logrado identificar que con el paso de los años, en comparación a generaciones anteriores, la madurez sexual se ha alcanzado a edades más tempranas, acortando la infancia y alargando la adolescencia, así, que se está biológicamente preparado para algo, que socialmente aún está prohibido, de igual manera se les exige mayor compromiso y madurez, obtienen responsabilidades personales y prolongan su maduración intelectual a niveles educativos más altos (pregrados y postgrados), considerándose actos o capacitados para unas

actividades, pero para otras “inmaduros socialmente”. Esta condición ha generado diferentes situaciones psico - emocionales que en generaciones pasadas no se presentaban:

- Incertidumbre ante el futuro debido a la sobre estimulación y acceso constante a información sin clasificación ni rótulos: contenidos implícitos y explícitos de diferentes culturas y costumbres.
- Incertidumbre ante la oportunidad de experimentar diferentes situaciones a nivel educativo, sexual, social, cultura, etc., al poseer más tiempo sin asumir las responsabilidades de un adulto (legales).
- Incertidumbre ante la construcción de su propia identidad ya que la condición de adolescentes no les exige construir una realidad tangible y objetiva, sino simplemente un estado de transición.
- Vulnerabilidad psicosocial al poseer espacio de reconfiguración personal mediada por la socialización con los pares, debido a que actualmente los contenidos e interés poseen un alto contenido sexual, delictivo, violento, autodestructivo, y demás situaciones producidas por sociedades inestables y familias disfuncionales, orientando actividades a experimentar privilegios de adultos.
- El culto a la juventud al considerar esta etapa como la más importante de la vida y no desligarse de ella emocionalmente: esa exigencia a ser joven y atractivo. Situación que ha desdibujado los modelos de madurez necesarios para una vida adulta sana y el desarrollo de identidades definidas.
- La crisis de valores sociales reemplazados por valores individualistas, donde lo importante es la reafirmación del uno sobre los otros en diferentes ámbitos personales, laborales, sociales, produciendo una sociedad más superficial, envidiosa e individualista.

- La desvinculación familiar y las familias disfuncionales o recompuestas, que han generado un vacío emocional en los adolescentes fomentando contradictoriamente una actitud de necesidad emocional y miedo a afrontar las exigencias de la soledad, lo que hace vulnerable a los jóvenes que buscan afecto y aceptación en los contextos y de las personas equivocadas.
- La sociedad del consumo ha generado adolescentes inseguros e inestables que requieren de una respuesta inmediata para suplir sus necesidades y asegurar su estabilidad emocional, motivo por el cual las relaciones avanzan rápidamente y los intercambios de satisfactores se hace con poco criterio: noviazgo, sexualidad, aceptación de las costumbre del otro: tomar, beber, fumar, etc.

Aunque los desafíos de la adolescencia varían en cada caso individual, según las culturas, se pueden enumerar los retos generales para las sociedades, validos en la mayoría de los casos con las correspondientes adaptaciones según el psicólogo del desarrollo, Robert Havighurst:

Adaptarse a su nueva imagen: los cambios de apariencia son significativos, la experiencia del cambio físico genera una necesidad de aceptarse y acostumbrarse a esto, teniendo en cuenta la respuesta recibida del entorno, frente a la expectativa personal (acné, estatura, voluptuosidad, etc.).

Ajustarse a la nueva capacidad mental: la exigencia del ambiente, los estímulos y las necesidades intelectuales del adolescente se modifican considerablemente en comparación a los de la infancia, el adolescente empieza a analizar los hechos de una manera más abstracta y más madura.

Hacer frente a las exigencias escolares e intelectuales: los planes de estudio introducen a esta edad conceptos cada vez más complejos, partiendo del supuesto de que el adolescente está preparado para asimilarlos.

Aprender a controlar y construir la sexualidad: con la maduración sexual, el adolescente incursiona en un ambiente desconocido, que requiere la toma de decisiones importantes, en relación a su propia conducta sexual. La actividad sexual se halla condicionada por aspectos culturales, morales, educativos, religiosos, ambientales y demás.

Adquirir una identidad personal: el adolescente no está satisfecho con una identidad fusionada a la familia, requiere de una individualidad, tomando decisiones con relación a quien es y qué camino va a tomar en el futuro. En este aspecto la opinión e influencia de los pares es significativa y en muchos casos decisiva, ya que la autoestima del adolescente está determinada por la aceptación y rol que desempeña en su grupo social.

Establecer metas vocacionales: en la mente del adolescente debe perfilarse la imagen del profesional que desea ser, o de la expectativa frente a la actividad laboral que espera realizar en la vida adulta, actualmente esta meta se orienta en diferentes campos que no requieren una formación educativa, y se orienta a actividades más hedonistas, producto de una sociedad de consumo y materialista: cantantes, modelos, actores, bloggers, deportistas, etc.

Afirmar su independencia respecto a los padres: aunque la independencia económica o material no se realice hasta más tarde, el adolescente necesita establecer una independencia emocional y psicología de los padres. Con frecuencia esta necesidad genera conflicto a nivel familiar, al presentarse ruptura de la confianza, teniendo en cuenta la diferencia en el punto de vista frente a los juicios morales y las conductas.

Establecer relaciones: el papel del grupo en el adolescente es básico, por eso se genera una necesidad de integración a este, que según la estabilidad emocional del adolescente puede desarrollarse de manera constructiva o conflictiva. El rol que desempeñe también determinará el éxito para el adolescente e influirá en la forma de relacionarse en su vida adulta.

Adoptar un estilo de vida propio: la identidad y la autoimagen del adolescente permiten construir un concepto personal y una expectativa que se manifiesta a través de las actividades y costumbres. La cultura, los valores y principios, las creencias religiosas, la educación, y demás factores internos o personales como externos o ambientales proporcionan los rasgos particulares de los diferentes estilos de vida que asume el ser humano que su construcción tiene lugar durante la adolescencia.

Controlar los impulsos y manifestar una conducta madura: el control de la impulsividad y el egocentrismo es uno de los principales obstáculos para la consolidación de la madurez de los adolescentes. Esta etapa generalmente está marcada por un comportamiento de reconocimiento del sí, motivo por el cual se manifiestan actitudes que pueden no ser aceptadas socialmente, y que deben ser controladas y canalizadas de la manera correcta.

Emociones y afectividad en el adolescente

El término de emoción no es sencillo de definir, ya que existen muchas posturas y filósofos que han tratado de delimitarla, entre los cuales se encuentran básicamente cuatro elementos comunes: **estimulo** que provoca una reacción, un **sentimiento** positivo o negativo del cual se genera una conciencia, produciendo una **reactivación fisiológica** mediante hormonas y secreciones corporales, que finalmente producen una **respuesta** o reacción.

La emoción se puede definir como un estado de conciencia, o un sentimiento experimentado como una reacción integrada del organismo, acompañada de activación fisiológica que dan como resultados cambios conductuales, afectando tanto el bienestar psíquico como a la salud física²¹.

Todas las emociones tienen alguna función que les confiere utilidad y permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales apropiadas y ello con independencia de la cualidad hedónica que generen. Incluso las emociones más desagradables tienen funciones importantes en la adaptación social y el ajuste personal²², y así cada situación emocional proporciona información para próximas experiencias.

Según Reeve (1994), la emoción tiene tres funciones principales:

a. Funciones adaptativas: permiten la supervivencia y acondicionamiento del individuo al medio: miedo, ira, alegría, confianza, tristeza, asco, sorpresa, etc. Las cuales tienen una función instintiva: protección, rechazo, destrucción, etc. Según Darwin (1872/1984), las emociones sirven para facilitar la ejecución eficaz de la conducta apropiada, lo cual le confiere un papel de extraordinaria relevancia en la adaptación.

b. Funciones sociales: permiten la expresión de los propios estados emocionales internos y determinan la formación de vínculos sociales. Facilitan la interacción social, permiten la comunicación de los estados de ánimo, y permiten identificar los sentimientos y controlar la conducta de los demás. Frente a esta función encontramos dos procesos fundamentales: la elaboración y expresión de la emoción como estrategia de comunicación, y la inhibición como regulación de las emociones experimentadas con relación a la expectativa social: algunas

²¹ Adolescencia y Agresividad, Fabiola Muñoz Vivas, universidad Complutense, Madrid 2000

²² Mariano Chóliz (2005), Psicología de la emoción: el proceso emocional

emociones son más aceptadas que otras y unas interfieren o interviene de manera positiva o negativa en el establecimiento de relaciones sociales. Sin embargo, el ideal del ser humano es expresar de manera asertiva todas las emociones que experimenta, sin alterar el bienestar social o las relaciones interpersonales.

c. Funciones motivacionales: impulsan a al individuo a la acción, que influye el comportamiento y conducta del individuo. Dirige la conducta y facilitan el acercamiento a objetivos personales establecidos. Toda conducta motivada produce una reacción emocional y la emoción facilita la permanencia de una conducta motivada y no otras.

Existen diferentes tipos de emociones, sin embargo se ha tratado de identificar y clasificar las emociones básicas que se presentan de manera universal en todos los individuos bajo diferentes circunstancias, las cuales son planteadas por Darwin como “las reacciones afectivas innatas, distintas entre ellas y presentes en todos los seres humanos, que se expresan de forma característica”²³, procesos relacionados directamente con la adaptación y la evolución, con una esencia universal, neutral y generando un estado afectivo único. Según Ekman y Colaboradores (1972) se pueden identificar seis emociones básicas: felicidad, tristeza, ira, temor y disgusto, sin embargo se reconocen diferentes combinaciones de estas y otras emociones que, por el contenido, motivo y contexto que las producen son más complejas e inherentes del proceso de socialización.

Las emociones juegan un papel fundamental en el desarrollo social y personal de los adolescentes, la habilidad para reconocer e interpretar correctamente las emociones y sentimientos propios y de los demás es un elemento clave en las relaciones interpersonales

²³ Mariano Chóliz (2005), Psicología de la emoción: el proceso emocional. Pag 7.

(Winter y Murray 1990), habilidad denominada inteligencia emocional la cual, según Daniel Goleman, La inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, fortalecer nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social²⁴.

Las emociones permiten construir la identidad de conciencia en la adolescencia, producidas por las sensaciones producidas frente a la forma de actuar y pensar basados en los que se ha aprendido “moralmente” y lo que se desea hacer, entendida como la ambivalencia entre lo “bueno” y lo “malo”. Las emociones se pueden clasificar en tres categorías según los efectos y resultados que producen, aquellas que generan estados de júbilo: emociones relacionadas con la alegría, felicidad, amor y afecto. Estados de inhibición: aquellas que producen tristeza temor, preocupación, miedo, vergüenza o culpa etc. Y estados hostiles: disgusto, celos, rabia, envidia, celos, amargura. Etc. Aun cuando una persona está en la capacidad de experimentar todas las emociones y sentimientos a lo largo de su vida, existen algunas que serán dominantes, determinadas por la influencia, constancia y frecuencia con las que se presentan durante la infancia y adolescencia, manifestándose como un patrón de comportamiento. Así, un niño de experiencias con estados predominantes de júbilo será un adolescente cariñoso, afectuoso y amable, condición que les permite establecer relaciones sólidas, expresarse con mayor facilidad y confianza, y obtener mejores resultados de los procesos de socialización, mientras que el niño cuyo ambiente personal y familiar facilitó estados hostiles, será un adolescente con mayor dificultad para comunicarse, expresarse y genera relaciones con los demás.

²⁴ Inteligencia Emocional, Daniel Goleman, 2009.

Existen emociones que generan estados placenteros, pero otras que al ser aprendidas y reforzadas durante la niñez, generan reacciones negativas durante la adolescencia como el miedo o la ira, que no necesariamente se genera como reflejo innato, y si puede desestabilizar el desarrollo normal del adolescente al generar fobias, temores y ansiedad y comportamientos violentos. Estos estados pueden ser transitorios dependiendo de la red de apoyo familiar y emocional con la que cuente el adolescente, al igual que su desarrollo cognitivo, proporcionando experiencias, orientación y disciplina para construir una identidad positiva. Sin embargo para algunos adolescentes este estado de ansiedad y tensión es casi permanente, favorecido por la poca red de apoyo familiar y emocional que poseen. Esta situación genera inconvenientes para elaborar y expresar sus sentimientos, propiciando la agresión emocional como conducta permanente, predominando la impulsividad, irracionalidad, y destructividad ya que han aprendido esto de un ambiente conflictivo y caótico (López y Thurman, 1993).

Autconcepto y autoestima en la adolescencia

El proceso de construcción de identidad durante la adolescencia es crucial, y determina en cierta medida el éxito o fracaso en cuanto a la autoimagen y autoestima del adolescente. La autoimagen es la imagen que nuestro subconsciente tiene de nosotros mismos. Esta imagen manipula nuestra personalidad, comportamiento y es responsable de todo lo que somos en este momento. Lo que pensamos de nosotros mismos afecta esta imagen, es por eso que hay días que nos miramos en el espejo simpáticos y ganadores y otros días sin atractivo y perdedores. La autoestima son todas las creencias que tenemos acerca de nosotros mismos, aquellas cualidades, capacidades, modos de sentir o de pensar que nos atribuimos. La “autoestima” es la valoración

que hacemos de nosotros mismos sobre la base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida.

ES muy común observar sentimientos de inadecuación en los adolescentes, problemas de adaptación y sentimientos de inferioridad cuando se evidencia problemas de autoimagen o una baja autoestima. Mientras que los adolescentes participativos y colaborativos son aquellos que poseen una buena autoimagen y una autoestima sólida.

Según Fabiola Muñoz, (2000) tanto la autoestima como la autoimagen influyen en el desarrollo de la etapa adolescente en diferentes aspectos:

Bienestar emocional: una autoestima elevada se relaciona a una adaptación y ajuste psicológico en la adolescencia (Schweitzer, Seth-Smith y Callan, 1992), mientras que las personas con baja autoestima presentan síntomas psicossomáticos de ansiedad y estrés (Mullis y Mullis, 1990) influyendo en el consumo de sustancias psicoactivas, taza alta de embarazos, y crisis de identidad.

Relaciones con los demás: los adolescentes con baja autoestima desarrollan sentimientos de inferioridad que los programa para aislarse y estar solos, experimentando tensión y torpeza en los contextos sociales (dificultad para hablar y hacerse entender, lentitud en movimientos y respuestas motoras como el baile y la danza, limitación en la toma de decisiones y en la participación autónoma en actividades de grupo producto de la sobreprotección de los padres, etc.). Mientras que un adolescente con buen nivel de autoestima posee mayor dinamismo y asertividad para la adaptación social, al aceptarse a sí mismo y establecer canales y mecanismos de comunicación que buscan darse a conocer y obtener un espacio y un rol dentro del grupo. El éxito de este proceso se garantiza con habilidades sólidas para la comunicación, basada en la

correcta elaboración y expresión de emociones y sentimientos que respaldan sus actitudes, opiniones y puntos de vista: “no les da pena ser como son”.

Proceso académico: Aun cuando no es tan evidente como algunos 20 años atrás, actualmente existe una correlación entre la apreciación positiva de si y el éxito académico de los adolescentes (Everhat y Laster, 1993) y de manera inversa un buen desempeño escolar mejora la percepción personal y favorece la proyección profesional, estableciendo una relación recíproca. Sin embargo el fracaso académico no es reconocido por los adolescentes como alerta de baja autoestima, debido a que la expectativa ha cambiado y el logro académico, para los adolescentes no asegura necesariamente el éxito personal.

Conductas des-adaptativas: puede existir una relación entre conducta delictiva y baja autoestima, si se considera que muchos comportamientos delincuenciales se realizan por la necesidad de llamar la atención, reducir el sentimiento de rechazo, o lograr el reconocimiento y aceptación de grupos de conductas desviadas. Frecuentemente los adolescentes que se terminan involucrando con pandillas o grupos de ocio son aquellos que se han excluido o han sido rechazados por otros grupos más estables, o porque dichos adolescentes no lograron establecer relación con estos últimos al sentirse diferentes: desempleado, con problemas familiares, problemas de estudio, agredidos, abandonados, etc., apelando a que “ellos jemas los entenderían”.

Relaciones con los padres: teniendo en cuenta el tipo de relación establecida entre padres e hijos desde la infancia y acentuado en la adolescencia, estos contribuyen a la consolidación de la autoestima, que se refleja en el la fuerza del vínculo existente. Encontramos los padres permisivos que son aquellos que proporcionan buen apoyo emocional a los hijos, y confían en

ellos, pero los mecanismos de control y correctivo son muy pobres, dificultando así la construcción de una personalidad estable al fomentar sentimientos de inseguridad. Los padres negligentes son extremadamente laxos en la disciplina y cumplimiento de normas, y además no dedican tiempo a sus hijo rechazándolo y evitándolo, situación que no favorece el autoestima del adolescente al considerarse abandonado o una carga para su familia, dificulta el establecimiento de buenas relaciones interpersonales y presentan alta carencia afectiva. Los padres que optan por ser autoritarios y aun, cuando no proporcionan suficiente apoyo emocional y moral a sus hijos, cuestionan sus capacidades y minimizan sus logros, ejerciendo un control excesivo y la exigencia prematura, situación que afectan la percepción de identidad del adolescente, generando un incremento en las conductas delictivas y agresivas. Y finalmente los padres democráticos que ejercen control sobre sus hijos, pero simultáneamente ofrecen un apoyo emocional significativo: la participación en la toma de decisiones, los consensos, los reconocimiento y el refuerzo positivo, producto de una buena comunicación, favorecen la consolidación de una autoestima fuerte, jóvenes estables emocionalmente, críticos, asertivos y saludables mentalmente. Esto nos permite concluir que la calidad de las relaciones interpersonales y el vínculo generado al interior de la familia determina en gran medida la autoimagen y la fortaleza de la autoestima de los niños, adolescentes y jóvenes. “el hijo de padres violentos será un hombre violento”.

Cambios vitales y de actividades: los cambios significativos de costumbres o actividades influye en la fortaleza de la autoestima y la autoimagen de los adolescentes: cambios de escuela o residencia, ingreso al colegio o cualquier cambio de contexto obliga al adolescente a establecer nuevas relaciones que en muchos casos difiere de las acostumbradas: la dinámica en la escuela es muy diferente a la de los colegios, donde tanto los grupos, estrategias de clase y docentes poseen una tendencia más impersonal, al igual que el paso del colegio a la universidad, para aquellos

jóvenes que inician la etapa educativa a temprana edad. El cambio de vivienda pone a prueba las habilidades sociales del adolescente, donde el éxito o fracaso influye su autoestima.

Según Fabiola Muñoz, se puede concluir que en la adolescencia existe una correlación positiva entre la aceptación de uno mismo y la alta autoestima con la adaptación social, el apoyo social, el éxito académico y la dinámica familiar democrática. Estas situaciones serán enmarcadas por una comunicación asertiva producto de la elaboración y expresión correcta de los sentimientos experimentados y el reconocimiento y respeto por los sentimientos de los demás.

Agresividad en el contexto educativo o Agresión escolar

El acoso escolar o bullying consiste en una conducta reiterada de maltrato psicológico, verbal o físico, de uno o varios menores hacia un compañero o compañera del colegio. Es llamado también Agresión porque el victimario busca dejar expuesta a su víctima física y emocionalmente, por eso los especialistas aconsejan identificar las señales que permiten identificar si un niño está siendo víctima del bullying²⁵.

Este comportamiento consiste principalmente en una conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder desigual con el único fin de generar daño.

²⁵ Acoso escolar, Profamilia, Diciembre 2013

En Colombia, según la encuesta hecha en 2005 con las pruebas Saber del ICFES, en cerca de un millón de estudiantes de los grados quinto y noveno de colegios públicos y privados, el 28% de los estudiantes de quinto dijo haber sido víctima de Agresión en los meses anteriores, el 21% confesó haberlo ejercido y el 51% haber sido testigo del mismo. En los grados novenos, las víctimas fueron casi el 14%, los victimarios el 19% y los testigos el 56%²⁶.

Una investigación sobre Agresión realizada por Friends United Foundation, con 5500 niños, niñas y adolescentes escolarizados, entre 12 y 18 años encontró que las víctimas en un 35 % reciben maltratos físicos y en 65 % maltratos psicológicos. El estudio llama la atención sobre una de las modalidades que se está llevando a cabo en varios colegios de Colombia, es que el bullying se está usando para presionar a los estudiantes a que se vinculen a organizaciones delictivas. A su vez, la investigación muestra que en los colegios de estratos altos se recurre más al hostigamiento y calumnia por redes sociales, estando en primer lugar Facebook, seguido de Twitter y Youtube y WhatsApp²⁷.

“El Agresión escolar va mucho más allá de un juego de niños, es importante dejar de verlo como un acto propio de la edad que no significa gran cosa porque sus consecuencias son graves”, afirma Antonio Vallés, PhD. en Psicología de la Universidad de Alicante (España), quien asistió como invitado especial al Congreso Colombiano e Iberoamericano de Neuropsicología, celebrado en días pasados en la ciudad de Bogotá. Continúa diciendo que “en la víctima hay comportamientos de inhibición de la conducta como por ejemplo, no querer hablar del colegio, mantener actitudes emocionales de tristeza, desánimo e incluso de irritabilidad. Esto

²⁶ Acoso escolar dispara las alarmas en Colombia, Profamilia 2013

²⁷ Pandi, A. Revista Semana Febrero 1 2014 - Colombia

también puede redundar en aspectos fisiológicos como alteraciones del sueño, pesadillas, alteraciones de los hábitos alimenticios, e incluso el suicidio”²⁸.

La sociedad actual y su estructura social con grandes bolsas de pobreza y desempleo favorece contextos sociales donde es más propicio un ambiente de agresividad, delincuencia y actitudes antisociales²⁹. Situaciones familiares, sociales y grupales pueden determinar las reacciones violentas en el contexto educativa, estas como forma de manifestación de frustraciones o dificultades que no son resueltas de la forma correcta, o simplemente la réplica de un comportamiento aprendido.

CARACTERISTICAS DE LA VICTIMA

- Solitario.
- Tímido.
- Con pocos amigos.
- Estudioso o aplicado.
- Condición particular en su aspecto.
- Consentido o mimado.

CARACTERISTICAS DEL AGRESOR

- No se siente conforme con su persona y no convive muchos con sus compañeros.
- Problemas familiares o falta de comunicación.
- Escasa convivencia con la familia.
- Sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en casa, escuela o familia.

²⁸ Acoso escolar, Profamilia, Diciembre 2013

²⁹ Fernandez, I. Prevención de la violencia y resolución de conflictos, Madrid 1999

- Constantemente es humillado por las personas mayores.
- Se le dificulta la convivencia con las demás personas.
- Actúa de forma autoritaria y violenta, llegando a convertirse en delincuente o criminal.
- Se imponen atreves del poder la fuerza y la amenaza.

CONSECUENCIAS

- Baja autoestima.
- Temor a sus pares.
- Dificultad en el establecimiento de relaciones.
- Bajo desempeño escolar.
- Trastornos emocionales, problemas psicosomáticos, depresión, ansiedad, pensamientos suicidas, etc.

La intimidación no puede ser aceptable: Es importante asumir una posición clara y firme contra la intimidación. Algunos consideran que es inofensiva, que es un juego de niños y que inclusive sirve para formar el carácter. Estas creencias comunes son completamente erradas. La intimidación aumenta, por ejemplo, el riesgo de depresión y suicidio en las víctimas.

Ni pasividad, ni agresión: asertividad: "dele más duro y verá que no lo vuelve a hacer", es lo que algunos padres aconsejan a sus hijos. Este es un mensaje peligroso que muchas veces lleva a que la agresión sea aún más grave, inclusive contra la víctima. Es importante que aprendan a no dejarse, pero sin recurrir a la agresión, es decir, usando la asertividad. Los niños pueden aprender a decir con tono firme "no, no me gusta que me trate así", y eso les sirve de escudo.

Responsabilidad de los testigos: Quienes observan maltrato y no hacen nada, en últimas están contribuyendo a que continúe ese maltrato. Los intimidadores responden mucho a lo que dicen los demás, especialmente si son del sexo opuesto, así que una señal de desaprobación de los compañeros puede hacer que frenen la intimidación. Los testigos tienen mucho más poder del que creen.

Empatía por las víctimas: Habrá menos intimidación cuando todos puedan ponerse emocionalmente en los zapatos de quienes la sufren. Al comprender el dolor que puedan estar sintiendo las víctimas es más probable sentir compasión y actuar contra la intimidación.

Amigos: La falta de amigos hace que las víctimas sean más vulnerables. Un programa de prevención será efectivo si logra que las víctimas tengan amigos que los protejan y acompañen.

Rol de los adultos: Si los adultos se ríen, celebran o de cualquier manera aprueban una intimidación, las consecuencias para las víctimas son todavía más graves. Los adultos deben estar pendientes para rechazar la intimidación y promover empatía y maneras asertivas de frenarla.

Toma de decisiones

La toma de decisiones es la capacidad de elegir un curso de acción entre varias alternativas. Supone un análisis que requiere de un objetivo y una comprensión clara de las alternativas mediante las que se puede alcanzar dicho objetivo. Además de comprender la situación que se presenta, se debe analizar, evaluar, reunir alternativas y considerar las variables,

comparar varios cursos de acción y finalmente seleccionar la acción que se va a realizar. La calidad de las decisiones tomadas marca la diferencia entre el éxito o el fracaso³⁰.

Decidir significa hacer que las cosas sucedan en vez de simplemente dejar que ocurran como consecuencia del azar u otros factores externos. Esta habilidad ofrece a las personas herramientas para evaluar las diferentes posibilidades, teniendo en cuenta, necesidades, valores, motivaciones, influencias y posibles consecuencias presentes y futuras.

La asertividad es una estrategia de comunicación que nos permite defender nuestros derechos y expresar nuestra opinión, gustos e intereses, de manera libre y clara, sin agredir a otros y sin permitir que nos agredan. Una conducta asertiva nos permite hablar de nosotros mismos, aceptar cumplidos, pedir ayuda, discrepar abiertamente, pedir aclaraciones y aprender a decir “no”³¹.

Andrew Salter (1949) definió la asertividad como un rasgo de personalidad y pensó que algunas personas la poseían y otras no, relacionada con la inteligencia emocional y el desarrollo de habilidades sociales que permite manifestar los sentimientos que experimenta la persona de una manera correcta, clara y sin agredir a los demás.

³⁰ Toma de decisiones y resolución de problemas, Universidad de Cádiz, Formación por competencias, 2012

³¹ Saber psicología, qué es la asertividad?, Junio 2012

ESTUDIO DE MERCADO

Antecedentes demanda

La población estudiantil del Municipio de Fusagasugá para el 2013 correspondía a un 21% de la población total del municipio, la cual asciende a 129.301 habitantes³², con 25.994 estudiantes en niveles de Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Técnica o Académica y ciclos para adultos. La población objeto del proyecto es específicamente los estudiantes de las Seis (6) Instituciones Educativas Municipales Públicas del Municipio de 12 a 16 años o edad adolescente, con un promedio de 500 estudiantes, siendo esta población a la que se dirigirá el programa de plan de Actividades Físicas (recreativas) y Lúdicas para la disminución de la conducta agresiva y la construcción de habilidades comunicativas y actitudinales óptimas para la vida.

Existen diferentes instituciones en el municipio de Fusagasugá que han orientado sus actividades a disminuir los índices de agresividad al interior de las instituciones educativas, identificando esta problemática como Bullying o Agresión escolar, problemática “que ha aumentado progresivamente y que actualmente interfiere en el normal desarrollo de las actividades académicas y sociales de los estudiantes” Según la Intendente Fanny Godoy, Directora de la Policía de Infancia y Adolescencia del Municipio.

Si bien los proyectos o programas no van orientados específicamente a la población adolescente, y tampoco se basan en actividades físicas específicas o dirigidas, se hace necesario presentar algunas de ellas para dar a conocer el diagnóstico realizado por las Instituciones activas en la problemática, identificar la estrategia que se ha estado utilizando: charlas y conferencias

³² ASIS 2013, Secretaria de Salud Municipal, Fusagasugá. 2013

que introducen conceptos y definiciones mediante ejemplos de situaciones reales. Proyectos que pueden complementarse con el plan de actividades que proponemos.

Durante el 2013 las actividades más destacadas fueron:

ESCUELA DE POLICIA DEL SUMAPAZ: Proyecto de Convivencia Escolar en el municipio de Fusagasugá a través de las Instituciones Educativas: Centro Educativo Municipal Instituto de Promoción Social, Unidad Educativa Municipal Carlos Lozano y Lozano y el Colegio Fundación Manuel Aya³³.

La Escuela de Policía Provincia de Sumapaz en alianza con la Universidad INCCA sede Fusagasugá pretendió desarrollar un proyecto encaminado en fortalecer la convivencia escolar en el municipio de Fusagasugá, teniendo en cuenta la problemática del Bull ying o el Agresión el cual se refiere al acoso escolar y a toda forma de maltrato físico, verbal psicológico o social que se produce entre escolares, de forma reiterada y a lo largo de un tiempo determinado, principalmente estas situaciones resultan bastante comunes en los centros educativos (colegios, fundaciones e institutos), los lugares específicos son las aulas de clase, los patios y zonas de recreación dentro del plantel educativo. Así las cosas, el grupo de Proyección Social de la Escuela y el Grupo de investigación La Fuerza del Futuro de la Universidad INCCA de Colombia sede Fusagasugá ve la oportuna creación de estrategias socio-jurídicas que sirvan como propuestas dirigidas a encontrar la efectiva corresponsabilidad de la Sociedad, el Estado y la Familia, con el objetivo de neutralización y/o disminución del Bullying, o Agresión (Violencia

³³Plan de Acción Prevención Agresión, Secretaria De Salud - Policía del Sumapaz, Programa de proyección Social-2013

Estudiantil), tanto en los estamentos educativos locales como los nacionales para crear un ambiente escolar cordial, incluyente, solidario y libre de violencia³⁴.



Imagen Convivencia Escuela de Policía del Sumapaz, 2013

Su principal objetivo fue determinar, prevenir y mitigar la violencia escolar en el ámbito socio-jurídico, con base en la corresponsabilidad de la Familia la sociedad y el estado en el municipio de Fusagasugá, a partir de la formulación de estrategias pedagógicas para la convivencia pacífica. Población beneficiada: 1512 estudiantes.

SECRETARIA DE SALUD - PROGRAMA DE SALUD MENTAL: Diferentes actividades desarrolladas por la Secretaria de salud se orientaron directa o indirectamente a la problemática de agresividad y violencia al interior de los colegios y escuelas³⁵.

³⁴ Plan de Acción Prevención Agresión, Secretaria De Salud - Policía del Sumapaz, Programa de proyección Social-2013

³⁵ Informe de Actividades Programa Salud Mental y Población Vulnerable – Secretaria de Salud, 2013 (tomado fiel al original, documento oficial)

Actividades audiovisuales o cine foro con el fin de identificar, actitudes, comportamientos, factores de riesgo y factores protectores del Agresión: Durante el 2013 se realizaron 7 talleres con estudiantes de Básica Secundaria, donde se propició un espacio de generación de conocimiento que permitió mediante un recurso audiovisual dar a conocer las características, factores de riesgo y consecuencias del Agresión escolar al interior de las aulas de clase. Se contó con la participación de estudiantes de las Instituciones Públicas IEM Luis Carlos Galán y IEM Francisco José de Caldas. Y la Institución Privada: Academia Militar Pantano de Vargas e Instituto Santander, interactuando con un total de 288 estudiantes.



Imagen. Foro de Causas y consecuencias Agresión, IE José Francisco Caldas

Según la Ejecutora del Programa de Salud Mental, a través de las actividades se logró evidenciar que en efecto el nivel de conflictos al interior de los grupos es evidente y que aun cuando la temática del Agresión escolar es frecuentemente difundida y prevenida en los diferentes contextos de los estudiantes, es una problemática presente en las aulas de clase, que no se limita únicamente a estudiante – estudiante, también afecta el desarrollo de las actividades académicas, se presenta un irrespeto constante hacia los docentes, directivos y demás miembros

de las instituciones Educativas. Como reflexión de la actividad se propone a los estudiantes identificar las situaciones que les genera mayor molestia al interior del grupo y realizar una dinamica e representación “ponerse los zapatos del otro”. La mayoría de estudiantes manifiestan que el ambiente en el salón no es ameno y que prefieren hallarse en otros contextos.

Elaboración de “Chismografo” con los alumnos del grado octavo con el fin de identificar diferentes conductas y factores de riesgo en el fenómeno de Agresión que conduce a problemas de convivencia: Durante el 2013 se realizaron 7 talleres con estudiantes de Básica Secundaria, específicamente grado octavo, cuyo objetivo era generar un espacio de interacción interpersonal que permitiera a los compañeros de curso conocerse mejor y el concepto que manejan de Agresión: actitud frente a esta problemática. Las actividades se realizaron con estudiantes de las Instituciones Públicas IEM Carlos Lozano y Lozano, IEM Teodoro Aya Villaveces e IEM Instituto Técnico Industrial, contando con la participación en promedio de 350 estudiantes.



Imagen Taller de Chismografo sobre Agresión escolar, IM Teodoro Aya, 2013.

Los estudiantes presentaron un poco de resistencia para ejecutar esta actividad, ya que se procuraba la interacción entre compañeros que no se relacionaban continuamente y requería de la respuesta de preguntas de carácter personal (intereses y gustos), situación que generó en la mayoría de los casos actitud negativa al desarrollo de la actividad, sin embargo se logra llevar a cabo toda la programación obtenido como resultado un trabajo completo pero no el esperado, fueron las consideraciones del ejecutor del programa.

Taller sobre cómo solucionar asertivamente los problemas: Durante el 2013 se realizaron 9 talleres con estudiantes de Básica Secundaria de diferentes grados, dirigidos a proponer estrategias de comunicación y el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes que les permitiera identificar factores de discusión y solución asertiva de problemas, la generación de acuerdos y la construcción ciudadana. Se contó con la participación de estudiantes de las Instituciones Educativas Publicas: IEM José Celestino Mutis, IEM Salesiano Valsalice, e IEM Luis Carlos Galán Sarmiento, Y el Colegio Privado Pantano de Vargas, en promedio con 447 estudiantes.



Imagen. Taller de solución asertiva de problemas, IEM Valsalice

Los estudiantes fueron participativos aunque se evidencia una dificultad notable para la expresión correcta de sus interés y el uso adecuado de recursos que les permita expresarse de manera indicada sin agredir a los demás, es más, se identifica en la mayoría de los casos una clara intensión de lastimar o imponer sus pretensiones o deseos sobre los demás, de igual manera los estudiantes se tornaron participativos ante la actividad, aunque en la mayoría de los casos se manifestó la dificultad para la toma personal de decisiones teniendo en cuenta la edad y la libertad que poseen en sus hogares frente al rol de sus padres y la presión de grupo.

Talleres Mensuales donde se entrenen habilidades de afrontamiento frente a pérdidas emocionales y manejo de la frustración: Durante el 2013 se realizaron 14 talleres con estudiantes de Básica Secundaria de diferentes grados, Orientados a la construcción de habilidades en el reconocimiento de los diferentes duelos emocionales y las alternativas de superación, al igual que la identificación de la tolerancia a la frustración y su rol en el desarrollo de estilos de vida mentalmente saludables. Se contó con la participación de estudiantes de las Instituciones Educativas Publicas: IEM Carlos Lozano y Lozano, IEM Instituto Técnico Industrial, IEM Manuel Humberto Cárdenas Vélez, IEM Teodoro Aya Villaveces, IEM Luis Carlos Galán Sarmiento, IEM José Francisco Caldas Y los Colegios Privados Instituto Santander y Santo Domingo Savio, en promedio con 527 estudiantes.



Imagen. Taller de Pérdidas Emocionales, Colegio Santo Domingo

Actividades de sensibilización sobre detección, causas y consecuencias del Agresión dirigido a docentes y padres de familia: Durante el 2013 se realizaron 12 talleres con padres y docentes de las Diferentes Instituciones Educativas del Municipio, Orientados a Identificación e factores de riesgo, causa, consecuencias y factores de protección del Agresión Escolar, donde se evidencia el rol del padre en la disminución de estas manifestaciones violentas al interior de las instituciones. Se contó con la participación de padres de los estudiantes de las Instituciones Educativas Publicas: IEM Carlos Lozano y Lozano, IEM Manuel Humberto Cárdenas Vélez, IEM Teodoro Aya Villaveces, IEM Luis Carlos Galán Sarmiento, IEM José Francisco Caldas, Y madres de los Jardines infantiles del Bienestar Familiar, en promedio con 609 estudiantes.



Imagen. Taller de Padres, IEM Luis Carlos Galán

En esta actividad se logra una buena participación de los asistentes (profesores, padres y acudientes de los estudiantes) quienes reconocen el rol de los padres en la formación de los hijos, y como las costumbres o actividades aprendidas en casa se reflejan en el comportamiento al interior de las aulas y demás contextos. Entre los aportes más significativos de esta actividad se encuentran las propuestas y solicitudes de los padres respecto al aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes, reconociendo esta situación como un factor de riesgo.

Análisis

De la información proporcionada por la Secretaria de Salud Municipal y la Escuela de Policía de la Provincia del Sumapaz se logra evidenciar una negativa generalizada por parte de los estudiantes a participar con iniciativa en las actividades propuestas al interior de las aulas de clase, asumir una actitud receptiva o facilitar la interacción con los ejecutores. La dinámica al interior de los grupos también presenta inconvenientes evidentes: dificultad para construir

relaciones interpersonales constructivas y asertivas, problemas de comunicación, baja tolerancia a la frustración, manifestado a través de peleas, alegatos y agresiones. De igual manera se consideran las conclusiones generadas por estas intervenciones y por ejecutores de los diferentes programas.

Las actividades realizadas se basaban en su gran mayoría en talleres y charlas que mediante ayudas audiovisuales y trabajo en grupo buscaban generar un ambiente participativo y reflexivo en los estudiantes, proceso que no se logra cumplir a cabalidad ya que la participación no se da de la manera esperada, situación que se podría interpretar como una evidente problemática de socialización o apatía por parte de los estudiantes a la metodología utilizada. Para el caso que nos compete, se tomará como referencia esta información para identificar la problemática y reconocer la necesidad en la construcción de estrategias orientadas en actividades físicas recreativas dirigidas que junto al del trabajo en equipo, el análisis y al crítica constructiva de la realidad permitan la reconfiguración del significado de la convivencia, haciendo uso de la experiencia como agente generador de conocimiento, pero no únicamente conocimiento conceptual o teórico, sino un conocimiento social, cultural y democrático, que permita la recuperación de los valores³⁶ y del reconocimiento del otro como ser humano con igualdad de derechos y deberes que requiere de la socialización y la interacción para fundamentar una identidad.

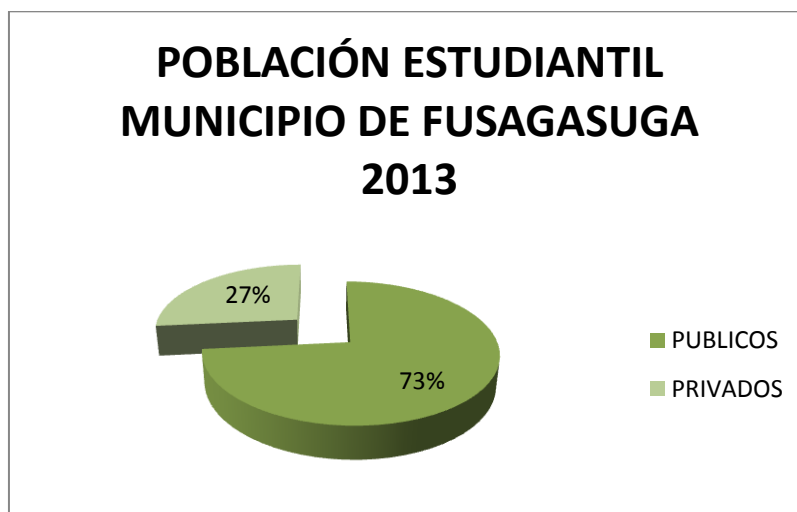
³⁶ El legado pedagógico del siglo XX, 2011. Jhon Dewey. P. 23.

Análisis de la demanda

Para el 2013 el Municipio de Fusagasugá contaba con una población estudiantil de 25.994 estudiantes en niveles de Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Técnica o Académica y ciclos para adultos, lo que correspondía al 21% de la población total del municipio. La población objeto del proyecto es específicamente los estudiantes de las Seis (6) Instituciones Educativas Municipales Públicas del Municipio con un promedio de 500 estudiantes, siendo esta población a la que se dirigirá el programa de plan de Actividades Físicas y Lúdicas dirigidas para la disminución de la conducta agresiva y la construcción de habilidades para la vida.

Grafico 1.

Población Estudiantil de Fusagasugá



Nota: Población Estudiantil según sectores de Educación a Mayo de 2013. Secretaria de Educación, 2013

En cuanto al ciclo vital, el mayor porcentaje de estudiantes se encuentran entre los 12 y 17 años o edad adolescente, población a la cual está destinada la estrategia, correspondiendo a más del 59% de la población estudiantil del Sector público, incluyendo más de 11.000 individuos.

Tabla 1.

Población Estudiantil

CICLO VITAL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
PRIMERA INFANCIA 0-5 AÑOS	1759	9,2
INFANCIA 6-11 AÑOS	5210	27,3
ADOLESCENCIA 12 -17 AÑOS	11287	59,1
JUVENTUD 18 A 28 AÑOS	487	2,6
ADULTÉZ 29 A 59 AÑOS	354	1,9
TOTAL	19097	100,0

Nota: Reporte de Matricula a Mayo de 2013, Sector Educativo Público de Fusagasugá, Ciclo vital, Secretaria de Educación, 2013

Otro aspecto a considerar es el género de los estudiantes en etapa de adolescencia, considerando la diferencia en las actividades realizadas, que si bien ya no es tan marcada como hace 20 años, sí se logra establecer que los estudiantes hombres practican más deporte que las estudiantes mujeres. Los porcentajes se encuentran nivelados, entre un 51% de estudiantes de género masculino y un 49% de estudiantes del género Femenino.

Tabla 2

Población Estudiantil por Instituciones Educativas: Adolescentes 2013

INSTITUCION MUNICIPAL	EDUCATIVA N. ESTUDIANTES
IEM ACCION COMUNAL	1.175
IEM CARLOS LOZANO Y LOZANO	1.856
IEM EBENEZER	588

IEM FRANCISCO JOSE DE CALDAS	334
IEM GUAVIO BAJO	264
IEM JOSE CELESTINO MUTIS	951
IEM LUIS CARLOS GALAN	457
IEM MANUEL HUMBERTO CARDENAS	912
IEM NUEVO HORIZONTE	346
IEM PROMOCION SOCIAL	265
IEM TECNICO INDUSTRIAL	1.968
IEM TEODORO AYA VILLA VECES	1.405
IEM VALSALICE	766
TOTAL	11.287

Nota: Reporte de Matricula a Mayo 2013. Estudiantes de Sector Publico de 12 a 17 años, Fusagasugá 2013

Si bien no existe un informe o documento estadístico que permita identificar y cuantificar todas las conductas agresivas o delictivas que han manifestado los adolescentes de las Instituciones Públicas del Municipio de Fusagasugá, oficinas como: Secretaria de Salud, Secretaria de Educación, la Policía de Infancia y Adolescencia, proporcionan bases de análisis subjetivo que permite identificar la necesidad latente de la población fusagasugueña en el diseño de estrategias de canalización y reconfiguración de conductas de interacción social basadas en el establecimiento de estrategias de comunicación asertiva y trabajo en equipo, teniendo en cuenta el incremento de conductas agresivas al interior de las instituciones educativas y en diferentes contextos de adolescentes.

Análisis de la oferta

PRODUCTO: Plan de actividades Físicas y Lúdicas orientadas a la disminución de la conducta agresiva y el desarrollo o fortalecimiento de habilidades sociales en adolescentes de 12 a 17 años de seis (6) Instituciones Educativas Publicas del Municipio de Fusagasugá.

Antecedentes de la oferta

A nivel municipal no existe una oferta específica de este tipo de programas de intervención. La institución encargada de la oferta deportiva para la población de Fusagasugá es el Instituto deportivo y recreativo de Fusagasugá IDERF.

Instituto que proporciona el servicio en programas deportivos al municipio de Fusagasugá, actualmente ejecuta planes de desarrollo local del deporte, recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extra escolar y la educación física y desarrolla programas y actividades que permiten fomentar la práctica del deporte la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física en el municipio de Fusagasugá. Este tipo de programas se desarrollan con disciplinas como el atletismo, baloncesto, ciclismo, futbol, futsal, natación, patinaje, tenis de campo, tenis de mesa, voleibol, etc.

La diferencia sustancial entre los planes y programas ofertados por el Instituto deportivo y Recreativo de Fusagasugá radica en el enfoque diferencial que posee el plan de intervención propuesto en este proyecto, teniendo en cuenta que la actividad física solo es parte de la metodología del proyecto, y su principal sustento es el enfoque en psicología de grupos, habilidades sociales y manejo de la agresividad, objetivos que se logran con la aplicación de estrategias que exijan al estudiante un proceso de análisis, crítica y retroalimentación de todas las actividades propuestas, junto con un proceso cognitivo de reconfiguración de conceptos y conductas.

Tipo de proyecto

El énfasis de este proyecto es de carácter social, ya que busca beneficiar a la comunidad, contribuyendo con el desarrollo sostenible de las comunidades, mediante alternativas de generación de conocimiento y acompañamiento en el fortalecimiento de procesos psicológicos y

sociales que favorezcan su desarrollo y disminuyan las condiciones que propician factores de riesgo de las dinámicas de relación social, empatía, comunicación, liderazgo, cumplimiento de normas y reglas sociales, etc.

Plan de trabajo

La Actividad Física recreativa orientada como proceso de aprendizaje experiencial es una estrategia que se ha utilizado recientemente como intervención en la construcción de alternativas de vida saludable, vitalización de la salud mental y fortalecimiento de las habilidades sociales, tan importantes como el acondicionamiento físico para el desarrollo de seres humanos sanos. En los últimos años se ha evidenciado mediante diferentes investigaciones que existen aspectos que relacionan la actividad física con el bienestar psicológico, identificando su impacto sobre la salud mental, la calidad de vida, la mejora de los estados emocionales y de los estados de ánimo, la mejora del auto-concepto o el incremento de la propia auto-eficacia, así como los descensos en los niveles de ansiedad, depresión y estrés, agresividad y conductas violentas, en una amplia cantidad de poblaciones, sobre todo no clínica, como resultado existen cada vez más estudios que han identificado una relación entre la actividad física y la salud psicológica³⁷.

Las condiciones de vida actual no favorecen el fortalecimiento emocional de los individuos si tenemos en cuenta la desestructuración familiar, la globalización, el consumo y el capitalismo, combinado con la pérdida de valores y el establecimiento de relaciones más abiertas y conflictivas, proporcionando un panorama poco alentador para la salud mental de las comunidades, haciendo necesario la aplicación de estrategias que motiven la participación de los

³⁷ Actividad Física y Salud. Márquez Rosa, s. Garatachea, N. Diaz de Santos, 2012. P. 71.

individuos mediante actividades que proporcionen satisfacción a gustos particulares, y al tiempo generen espacios de socialización, análisis y reflexión de las necesidades emocionales de los individuos y la reconfiguración de habilidades sociales como la participación, el liderazgo, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos, la toma de decisiones, etc. La oportunidad de conocerse y aprender del otro le proporciona al individuo diferentes alternativas para expresar lo que siente de manera asertiva sin que se requiera el uso de la violencia o las conductas agresivas.

Para este proyecto se tendrá en cuenta como Actividad Física dirigida cualquier indicación de acción que para su cumplimiento requiere un esfuerzo físico, mental y actitudinal, donde se establezcan criterios de cumplimiento, grados de dificultad y niveles de análisis. Se considera como dirigida teniendo en cuenta que debe contar con la instrucción de un docente o profesor que conoce el procedimiento de cada actividad a realizar, pero para dar cumplimiento a la expectativa permite al estudiante interactuar con el medio e identificar la solución.

Par dar cumplimiento a esta expectativa se tendrán en cuenta los criterios de aprendizaje experiencia propuestos por Rogers (1969), quien postula algunos principios propios de³⁸:

- El ser humano tiene una capacidad natural para el aprendizaje.
- El aprendizaje significativo se realiza cuando el estudiante advierte que el material a estudiar le servirá para alcanzar las metas que se ha fijado.
- El aprendizaje exige un cambio en la organización del yo (o sea en la percepción de sí mismo), por lo cual representa una amenaza y suele encontrar resistencia.

³⁸Manual de Psicología Educacional / Violeta Arancibia C., Paulina Herrera P. y Katherine Strasser S.

- Por lo tanto, los aprendizajes que constituyen una amenaza para el yo, se captan y se asimilan más fácilmente cuando el peligro externo es mínimo.
- Gran parte del aprendizaje significativo se adquiere por medio de la práctica.
- El aprendizaje se facilita cuando el estudiante participa responsablemente en el proceso adquisitivo.
- El aprendizaje emprendido espontáneamente, que engloba a la totalidad del sujeto (tanto sus sentimientos como su inteligencia), es el más duradero y generalizable.
- En el mundo moderno, el aprendizaje de mayor utilidad social, es el que se basa en una apertura ininterrumpida a la experiencia y en la asimilación del cambio en la propia personalidad.

La Actividad Física, sin lugar a dudas es uno de los más importantes medios de salud y por ese motivo es tomada como estrategia para ejecutar un plan de intervención que permita involucrar el acondicionamiento físico como proceso de aprendizaje experiencial favoreciendo el fortalecimiento de habilidades sociales y emocionales de las personas, considerando que:

- Permite el reconocimiento y fortalecimiento de las habilidades corporales personales: velocidad, resistencia, fuerza, agilidad, respuesta, etc.
- Proporciona espacios de socialización e interacción grupal: se desarrolla en un contexto definido y exige unas capacidades mínimas de comunicación, que se pueden consolidar en la medida de la exigencia u oportunidad del ambiente.

- Facilita el desarrollo de habilidades de liderazgo ya que requiere de procesos de guía y direccionamiento, condición que permite a los individuos expresar sus opiniones, proponer e intervenir en la solución de posibles problemáticas.
- Genera bienestar y satisfacción al realizarse actividades de gusto personal contando con una motivación intrínseca.
- Exige compromiso y dedicación en la ejecución, responsabilidad y determinación para que las actividades programadas se desarrollen.
- Facilitan el contacto con diferentes culturas y favorecen el establecimiento de nuevas relaciones personales al ser necesaria la interacción con personas de otros lugares: competencias, salidas, etc.
- Exige capacidad de observación, análisis y ejecución dirigida para cumplir con los ejercicios asignados.
- Permite el desarrollo de habilidades como la creatividad, la innovación, etc. Al presentarse problemas que deben ser resueltos de diferentes formas para que sea alcanzado el objetivo de la actividad.
- Fortalece el vínculo individuo – naturaleza al ser utilizado este medio en la ejecución de actividades orientadas a la recuperación y preservación de la misma, generando sentido de identidad y pertenencia.

Estructura del programa

Las actividades propuestas están dirigidas a estudiantes de seis (6) instituciones educativas públicas del Municipio de Fusagasugá entre los 12 y 17 años.

Se desarrolla en cinco etapas diferenciadas por el nivel de interacción: individuo – pares – contexto – sociedad, facilitando así la dinámica del individuo-grupo y favorecen las condiciones necesarias para obtener el mayor aprendizaje posible respecto a la relaciones interpersonales y formas adecuadas de respuesta a estímulos determinados. La Ejecución del programa se realizará en 36 sesiones en grupos de máximo 20 estudiantes. Cada sesión constará de dos horas de trabajo: una por semana, para una ejecución completa en 9 meses por cada grupo.

Para la ejecución completa del programa se contará con dos profesionales por grupo: un Docente de educación Física o instructor Físico encargado de dirigir la actividad y un psicólogo responsable de la intervención y análisis de la psicología de grupos. El plan de intervención será desarrollado por dos equipos de profesionales para trabajar con grupos un promedio de 30 grupos de 20 estudiantes, cinco grupos por institución educativa, con el objetivo beneficiar un estimado de 600 estudiantes.

Etapas uno: diagnóstico

Duración: 3 sesiones

Esta etapa está orientada a identificar la situación real del grupo en cuanto a los niveles de agresividad y agresión, y los conocimientos previos sobre las temáticas a trabajar durante el plan de intervención: sentimientos y emociones, elaboración y expresión, valores, liderazgo, resolución de conflictos, comunicación asertiva, etc.

El objetivo de esta etapa es generar una radiografía del estado emocional de los estudiantes y la dinámica de grupo. Para determinar dichos procesos se establecerán como indicadores los siguientes ítems:

Dominio de Conceptos: conocimiento de los temas a tratar.

Elaboración de respuesta: asociación de conductas admitidas en determinados contextos sociales.

Patrón de conducta y solución de conflictos: descripción en ejemplos concretos.

Niveles de comunicación: ambiente del grupo según el tipo de desempeño en actividades asignadas.

Las actividades a realizar son:

1. presentación del programa: se dará a conocer la estructura del programa, más no el objetivo, con el fin de no predisponer a los participantes con relación a la expectativa generada.
2. Aplicación de encuesta: se llevará a cabo una encuesta personal para identificar las apreciaciones previas al inicio del programa sobre los temas a desarrollar durante el mismo: autoestima, conductas agresivas, sentimientos, etc.
3. Identificación de actores: mediante una plenaria se establecerán los diferentes roles que se desempeñan al interior del grupo con el objetivo de identificar la dinámica y el nivel de conflicto.

Etapa dos: auto reconocimiento y conceptos

Duración: 4 sesiones

Todas las actividades propuestas en esta etapa están dirigidas a identificar las capacidades personales de cada integrante, tanto físicas, como emocionales, donde, se proponen ejercicios de:

destreza física, rendimiento y resistencia alternado con ejercicios de reconocimiento de emociones y sentimientos.

El objetivo principal de esta etapa busca introducir los principales conceptos de habilidades emocionales y lograr el reconocimiento de estos conceptos en la vida real: elaboración y expresión de sentimientos y emociones como alegría, miedo, tristeza, rabia, envidia, celos, angustia, ira, felicidad, entusiasmo, etc. regulación de emociones y respuesta a estímulos agradables y desagradables: respuestas positivas o negativas.

En esta Etapa se tendrán en cuenta dos procesos fundamentales: la identificación del individuo y la dinámica grupal basada en las habilidades personales.

Las actividades a realizar son:

1. Evaluación de acondicionamiento físico: pruebas iniciales del estado físico de los estudiantes en cuanto a resistencia y rendimiento.
2. Relación entre el estado mental y el estado físico: ejercicios de actitud y reacción ante problemas definidos.
3. Elaboración y expresión de sentimientos: como se generan los sentimientos que son y cómo se expresan a través de ejemplos propios del proceso de acondicionamiento físico y la actividad física.

En esta etapa Las actividades físicas están orientadas para ser ejecutas de manera individual, evitando la condición competitiva, y resaltando la habilidad personal.

Etapa tres: reconocimiento del otro

Duración: 15 sesiones

Esta etapa esta orienta al trabajo en equipo, la solución de problemas y la ejecución de carreras de observación que permita fortalecer habilidades en los estudiantes en liderazgo, direccionamiento y participación.

En este punto se establecerán actividades que permitan el reconocimiento del otro en su proceso y construcción emocional y social, basada en la interacción.

Los ejercicios grupales se llevan a cabo por medio de carreras de observación y superación de obstáculos que requieran la participación de todos los integrantes, la observación y el análisis para la solución de problemáticas y el establecimiento de estrategias que favorezcan el alcance de la actividad.

El objetivo principal de esta etapa es el fortalecimiento de actitudes de liderazgo y participación en la resolución de problemas. Cada estudiante posee actitudes que permiten la ejecución de actividades en el trabajo en equipo, algunos poseen habilidades en la dirección, planeación, ejecución, evaluación o diseño de estrategias de solución, y estas actividades pretenden generar espacios para que los mismos estudiantes identifiquen sus habilidades y capacidades.

Este proceso de interacción permite reconocer al otro dentro de un proceso social, como igual y como ser independiente con derechos, deberes, responsabilidades y posibilidades iguales a las nuestras, permitiendo así identificar sus sentimientos, emociones y necesidades.

Actividades a realizar:

1. Carrera de observación: competencia por equipos en la superación de pruebas relacionadas con equilibrio, agilidad mental, velocidad, interpretación de símbolos y gestos.
2. Entrenamiento mental: elaboración de nudos y secuencias (rompecabezas, laberintos, acertijos) por equipos.
3. Solución de problemas: diseño de barreras y retos físicos que requiera del trabajo en equipo para solucionarlos.

Etapa cuatro: contexto

Duración: 12 sesiones

Esta etapa está orientada al reconocimiento de los contextos y las oportunidades de los mismos.

Con el trabajo en equipo incluido, se propone a los estudiantes establecer estrategias de relación en los diferentes entornos, identificando problemáticas y proponiendo soluciones relacionadas con una participación activa de la comunidad educativa.

La interacción con ambientes naturales también se proponen en esta actividad, buscando que el estudiante reconozca la importancia de la naturaleza, genere estados de bienestar y conexión de interacciones mutuas: identificando las necesidades de la preservación de la naturaleza, como cuidarla y como aprovechar los recursos naturales. Esta relación permite generar condiciones que exijan a los participantes la elaboración de alternativas de trabajo e intervención en el medio ambiente.

El objetivo principal de esta etapa es identificar los diferentes contextos y como el individuo interactúa con estos. Las necesidades del ambiente exigen un comportamiento particular de los estudiantes.

Las actividades a realizar son:

1. Caminata ecológica: en un ambiente natural específico se gestiona el trabajo del equipo en el establecimiento de rutas, identificación de señales, puntos de encuentro y normas básicas de seguridad y primeros auxilios.
2. Sendero ecológico: reconocimiento de un ambiente natural para la posterior propuesta de una estrategia que permita promocionar dicho ambiente natural para el uso de otras personas: identificar sus cualidades, su vegetación, las condiciones del suelo, las condiciones básicas necesarias para la incursión, etc.
3. Ruta urbana: reconocimiento de la estructura del sector urbano del municipio: escuelas, centros deportivos, centros comerciales, colegios, lugares de interés, etc.

Etapa cinco: evaluación e impacto

Duración: 2 sesiones.

Esta etapa está orientada a determinar el nivel de avance del grupo en cuanto al diagnóstico inicial, con el objetivo de medir el avance de los estudiantes y medir el impacto del programa de intervención.

Para obtener esta información del estado emocional final de los estudiantes y la dinámica de grupo se tendrán en cuenta los indicadores evaluados durante el diagnóstico, aplicando la misma herramienta:

Dominio de Conceptos: conocimiento de los temas a tratar.

Elaboración de respuesta: asociación de conductas admitidas en determinados contextos sociales.

Patrón de conducta y solución de conflictos: descripción en ejemplos concretos.

Niveles de comunicación: concepto general del grupo según desempeño en trabajo en grupo o plenarios.

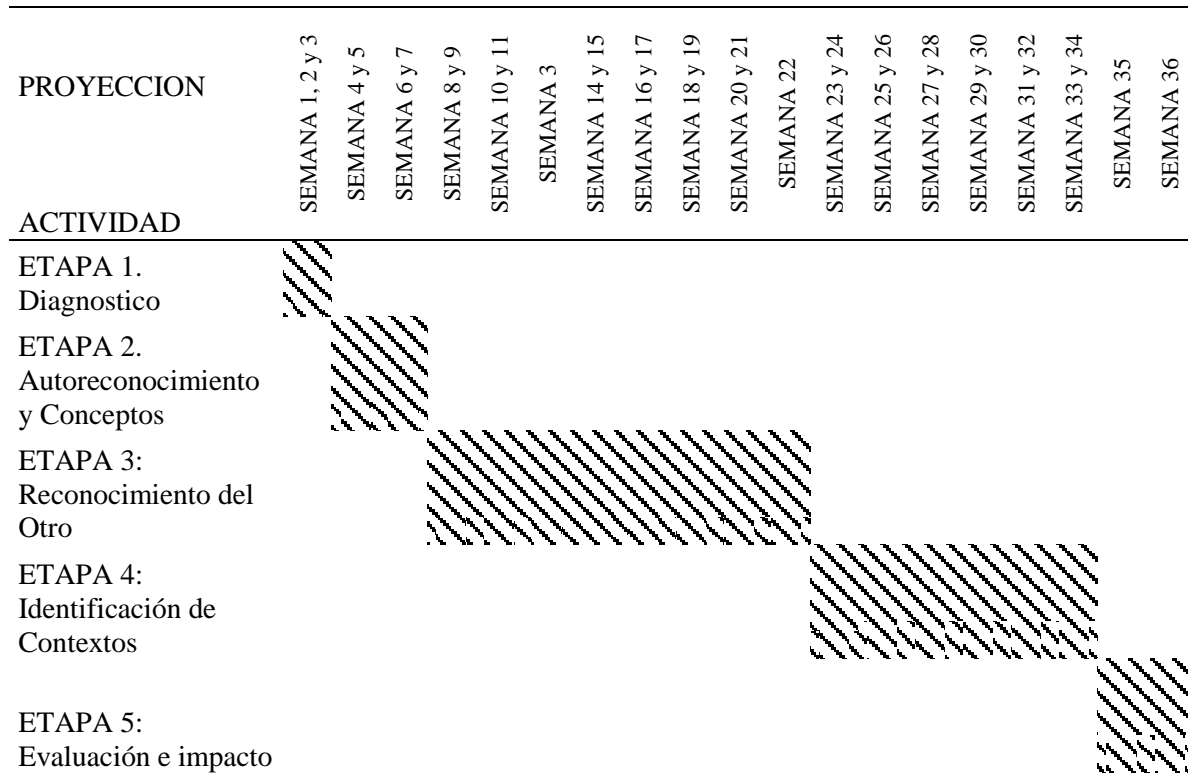
Las actividades a realizar son:

1. Aplicación de encuesta: se llevará a cabo una encuesta personal para identificar las apreciaciones final sobre los temas que se desarrollaron durante en programa: autoestima, conductas agresivas, sentimientos, etc.
2. Identificación de actores: mediante una plenaria se establecerán los diferentes roles que se desempeñan al interior del grupo con el objetivo de identificar la dinámica y el nivel de conflicto.
3. Resolución de problemas: por grupos cada estudiante deberá proponer un ejemplo concreto de trabajo en equipo basado en alguna actividad física recreativa el cual deberá ser ejecutado y valorado por los demás compañeros.

Es última etapa es de gran exigencia para los ejecutores teniendo en cuenta que permitirá verificar el cumplimiento de las expectativas y objetivos del programa de intervención, haciendo necesario un análisis cualitativo y cuantitativo del impacto del proyecto.

Cuadro 2.

Cronograma de plan de intervención



ESTUDIO TÉCNICO

Recursos

Recursos materiales

- Papelería para registro y desarrollo de actividades.
- Proyector video-bean
- Computador
- Grabadora con altavoz
- Material de trabajo (recreativo y lúdico)

Recursos físicos

- Bodega de almacenamiento y oficina

Recursos humanos

- Dos profesionales en Educación Física o Instructores.
- Dos profesionales en Psicología.
- Un asistente

Fuentes de recurso e inversión

Indeportes Cundinamarca

Es el Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte. Bajo la dirección del Gerente Yoni García, ubicado en la calle 26 No 51-53 piso 5 de la Gobernación de Cundinamarca. Es una institución la cual apoya todas aquellas disciplinas deportivas, clubes, ligas, eventos y programas de Actividad Física direccionadas a toda aquella población vulnerable. Promueve todas aquellas actividades desde la niñez hasta los Adultos con el ánimo de tener una vida saludable. Patrocina eventos o programas viables que contribuyan a suplir las necesidades de las comunidades. Integra a todas aquellas comunidades por medio de Actividades Recreativas de igual manera el aprovechamiento del tiempo libre.

Indeportes puede contribuir para la ejecución de este proyecto con ayuda económica y en lo posible se pedirá la colaboración en la supervisión del programa.

Coldeportes Nacional

Es el Instituto Colombiano del Deporte ubicado en la Av. 68 No 55-65. Bajo la dirección del doctor Andrés Botero actualmente. Esta institución nacional apoya programas de Infancia Adolescencia y juventud, inclusión social, liderazgo deportivo y hábitos de vida saludable.

Contribuye a la participación de Deportistas de Alto rendimiento en eventos Nacionales e Internacionales. Apoya juegos Nacionales de todas las disciplinas ejecutados por entidades del estado y privadas.

Patrocina conjuntamente con el departamento programas para para toda aquella población vulnerable o en la ocupación del tiempo libre. Coldeportes apoya económicamente proyectos asociados al desarrollo de actividad física de las comunidades, como el que se propone, motivo por el cual se puede gestionar su colaboración.

Alcaldía Municipal de Fusagasugá

La alcaldía municipal bajo la Orientación del Alcalde Carlos Andrés Daza ubicada calle 6 No 6-24. Firma convenios Interadministrativos donde se tiene en cuenta actividades para toda la población vulnerable y que está orientada por la oficina de la Secretaria de Salud. Aporta ayudas a la ejecución de todas aquellas actividades donde se involucra toda la población desde el niño, adolescente y adultos.

Instituto Municipal IDERF

Es el Instituto Deportivo y Recreativo de Fusagasugá ubicado en la calle 17^a No 19- 63 bajo la dirección del Lic. Herney Romero. Brinda los espacios necesarios para la ejecución de programas recreativos. Patrocina eventos municipales donde se evidencia la inclusión de toda aquella población o comunidad necesitada de actividades lúdicas o recreativas. Contribuye a la formación de deportistas por medio de escuelas de Formación. Orienta actividades recreativas a

toda la población. El instituto municipal se puede hacer presente en ayuda económica y préstamos de espacios y elementos básicos para la ejecución de las actividades del plan de intervención propuesto.

Localización

Macro localización

Colombia, oficialmente República de Colombia está ubicada en la región noroccidental de América del Sur. Está constituida en un estado social y democrático de derecho con una de 47.7 millones de habitantes.

Micro localización del proyecto

Fusagasugá es un municipio Colombiano, capital de la provincia del Sumapaz en el departamento de Cundinamarca, ubicado sobre la autopista Bogotá - Buenaventura. Conocido como "Ciudad Jardín de Colombia" también llamado "Tierra Grata". Limitando con los municipios de Pasca, Silvana, Melgar, Tibacuy y Arbeláez, para el 2013 contaba con una población de 129.301 habitantes ubicados en comunas y corregimientos, en sectores urbanos y rurales.

Actualmente Fusagasugá es una de las ciudades con más desarrollo de la región central, el mercadeo agropecuario regional, el comercio y la construcción son las actividades determinantes de la economía de la ciudad, sin embargo el acelerado crecimiento del tercer sector (servicios), especialmente el fortalecimiento de las actividades del sector educativo, salud,

recreación, turismo, transporte y las políticas públicas locales de apoyo a la agro tecnología, apuntan a ser a corto plazo los dinamizadores del desarrollo local. Cuenta con una temperatura entre 17° y 24° siendo este un clima que ha propiciado un crecimiento demográfico y un crecimiento a nivel urbano. La construcción y el mercadeo agropecuario son sus principales sectores productivos.

Para el 2013 el Municipio de Fusagasugá contaba con una población estudiantil de 25.994 estudiantes en niveles de Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Técnica o Académica y ciclos para adultos, lo que correspondía al 21% de la población total del municipio. La población objeto del proyecto es específicamente los estudiantes de las 13 Instituciones Educativas Municipales Públicas del Municipio con un promedio de 19.097 estudiantes, correspondiendo al 73% de la población estudiantil. En cuanto al ciclo vital, el mayor porcentaje de estudiantes se encuentran entre los 12 y 17 años o edad adolescente, población a la cual está destinada la estrategia, correspondiendo a más del 59% de la población estudiantil del Sector público, incluyendo más de 11.000 individuos.

Tamaño y distribución interna (planta física)

El desarrollo del plan de intervención se llevará a cabo en las instalaciones de cada Institución educativa, requiriendo únicamente el alquiler de una bodega para almacenar el material didáctico y una oficina para procesos de coordinación y promoción del Plan de Intervención. En cuanto a las actividades al aire libre se contará con el apoyo del Instituto de Deporte y Recreación de Fusagasugá, y se realizarán desplazamientos a parques naturales como el San Rafael o el Sendero del Fusacatan.

Determinación de insumos y suministros

Los insumos y materiales presupuestados se realizan teniendo en cuenta la ejecución del proyecto en tres semestres o 18 meses orientado a 6 instituciones educativas municipales, para un total de 500 a 600 estudiantes beneficiados. El plan de intervención será desarrollado por dos equipos de profesionales.

Tabla 3.

Materiales, insumos y suministros

Insumos y material deportivo y recreativo	
Compra balones de futbol	30
Compra balones de basquetbol	30
Compra balones de voleibol	30
Compra de balones de microfútbol	10
Compra de sogas	50
Compra de camisetas deportivas	150
Papelería	
Esferos	270
Resma tamaño oficio	90
Resma tamaño carta	90
Marcadores	90
Muebles y enseres	
Escritorio	1
Sillas metálicas	15
Sillas oficina	1
Cafetera	1
Equipos de computo y electrónicos	
video bean de 2500 lumenes	1

Computador Portátil	1
Televisor de 32 pulgadas	1
Refrigerios	
<hr/>	
Refrigerios para las actividades recreativas	2700
Arriendos	
<hr/>	
Arriendo con servicios incluidos	18
Otros	
Imprevistos	18

Tabla 4.

Recursos Humanos

Personal	Cantidad
<hr/>	
Licenciados en educación física o instructores	2
Psicólogos	2
Asistente	1

Diseño del plan

El plan de actividades físicas lúdicas dirigidas se ejecutará de la siguiente manera:

Se acordará con los coordinadores y rectores de las diferentes instituciones educativas municipales los cronogramas de aplicación y los grupos seleccionados para aplicar el Plan en la jornada contraria al desarrollo de las actividades escolares de los estudiantes.

La ejecución total del Plan de intervención se llevará a cabo en 24 sesiones, una a la semana, para un total de 6 meses de trabajo con cada grupo.

Con una jornada completa de 6 grupos al día, 30 grupos por semana, se atenderían en 6 meses o un semestre un total de 30 grupos por equipo de trabajo.

La ejecución se proyecta en tres semestres o 18 meses con un total de 90 grupos. El plan de intervención será desarrollado por dos equipos de profesionales para cubrir un total de 180 grupos con un promedio de 40 estudiantes por grupo, con beneficio para 7200 estudiantes aproximadamente, correspondientes al 60% del total de la población objeto de estudio.

El desarrollo de las cinco etapas se ejecutará teniendo en cuenta el objetivo principal de cada una, permitiendo así, primero generar un diagnóstico, segundo, establecer unos conceptos básicos y unos niveles de intervención, tercero, el desarrollo de las actividades de los adolescentes actuando bajo actitudes de compañerismo, respeto, responsabilidad y autonomía puesto que en esta fase demostraran con más interés todas su habilidades, curato, la adaptación y reconocimiento del medio, y quinto, en la última etapa se determinara mediante una evaluación una evaluación los resultados del plan de intervención y el cumplimiento del objetivo.

ESTUDIO FINANCIERO

Tabla 5.

Plan de Inversiones

Item	Detalle	Primer semestre	Segundo semestre	Tercer semestre	Total
1	Contratación de personal para actividades lúdico recreativas				
1.1	Atención Psicosocial grupal por un periodo de 18 meses a cargo de dos (2) profesional del área.	\$ 9.600.000	\$ 9.600.000	\$ 9.600.000	\$ 28.800.000
1.2	Atención edufísica y recreativa por grupo en un periodo de 18 meses a cargo de dos (2) profesional del área.	\$ 9.600.000	\$ 9.600.000	\$ 9.600.000	\$ 28.800.000
1.3	Personal de apoyo a actividades por un periodo de 18 meses.	\$ 3.000.000	\$ 3.000.000	\$ 3.000.000	\$ 9.000.000
2	Insumos y material deportivo y recreativo				
2.1	Compra Balones de futbol	\$ 2.250.000	\$ 0	\$ 0	\$ 2.250.000
2.2	Compra Balones de basquetbol	\$ 2.550.000	\$ 0	\$ 0	\$ 2.550.000
2.3	Compra Balones de voleibol	\$ 840.000	\$ 0	\$ 0	\$ 840.000
2.4	Compra de Balones de microfútbol	\$ 900.000	\$ 0	\$ 0	\$ 900.000
2.5	Compra de Sogas	\$ 350.000	\$ 0	\$ 0	\$ 350.000
2.6	Compra de Camisetas deportivas	\$ 975.000	\$ 0	\$ 0	\$ 975.000

3	Papelería				
3.1	Esferos	\$ 162.000	\$ 0	\$ 0	\$ 162.000
3.2	Resma tamaño oficio	\$ 855.000	\$ 0	\$ 0	\$ 855.000
3.3	Resma tamaño carta	\$ 675.000	\$ 0	\$ 0	\$ 675.000
3.4	Marcadores	\$ 180.000	\$ 0	\$ 0	\$ 180.000
4	Muebles y enseres				
4.1	Escritorio	\$ 90.000	\$ 0	\$ 0	\$ 90.000
4.2	Sillas metálicas	\$ 1.260.000	\$ 0	\$ 0	\$ 1.260.000
4.3	Sillas oficina	\$ 80.000	\$ 0	\$ 0	\$ 80.000
4.4	Cafetera	\$ 150.000	\$ 0	\$ 0	\$ 150.000
5	Equipos de cómputo y electrónicos				
5.1	Compra de Video-Bean de 2500 lúmenes	\$ 2.500.000	\$ 0	\$ 0	\$ 2.500.000
5.2	Portátil	\$ 900.000	\$ 0	\$ 0	\$ 900.000
5.3	Televisor de 32 pulgadas	\$ 700.000	\$ 0	\$ 0	\$ 700.000
6	Refrigerios				
6.1	Refrigerios para las actividades recreativas	\$ 5.400.000	\$ 0	\$ 0	\$ 5.400.000
7	Arriendos				
7.1	Arriendo con servicios incluidos	\$ 7.200.000	\$ 0	\$ 0	\$ 7.200.000
8	Otros				
8.1	Imprevistos	\$ 600.000	\$ 600.000	\$ 600.000	\$ 1.800.000
		\$ 50.817.000	\$ 22.800.000	\$ 22.800.000	\$ 96.417.000

Tabla 6.

Estado de Resultados

Item	Detalle	Primer semestre	Segundo semestre	Tercer semestre
A	Beneficios totales	\$ 69.420.240	\$ 69.420.240	\$ 69.420.240
B	Costos de beneficios	\$ 22.800.000	\$ 22.800.000	\$ 22.800.000
C = a-b	Beneficios bruto	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240

Gastos	\$ 20.152.000	\$ 0	\$ 0
Beneficios operacionales	\$ 26.468.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240
Ingresos u egresos	\$ 0	\$ 0	\$ 0
Beneficios antes de impuestos	\$ 26.468.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240
Impuestos	\$ 0	\$ 0	\$ 0
Beneficio neto	\$ 26.468.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240

Tabla 7.

Costos Variables y costos fijos

Tabla de costos variables

Item	Detalle	Unidad de medida	Cantidad	Valor uni	Valor total
1	Contratación de personal para actividades lúdico recreativas				
1.1	Atención psicológica por un periodo de 18 meses a cargo de dos (2) profesional del área.	Unidad	800	\$ 36.000	\$ 28.800.000
1.2	Educación física por un periodo de 18 meses a cargo de dos (2) profesional del área.	Unidad	800	\$ 36.000	\$ 28.800.000
1.3	Personal de apoyo a actividades por un periodo de 18 meses.	Unidad	800	\$ 11.250	\$ 9.000.000
				Total costos variables	\$ 66.600.000

Tabla de costos fijos

Item	Detalle	Unidad de medida	Cantidad	Valor uni	Valor total
2	Insumos y material deportivo y recreativo				

2.1	Compra balones de futbol	Unidad	30	\$ 75.000	\$ 2.250.000
2.2	Compra balones de basquetbol	Unidad	30	\$ 85.000	\$ 2.550.000
2.3	Compra balones de voleibol	Unidad	30	\$ 28.000	\$ 840.000
2.4	Compra de balones de microfútbol	Unidad	10	\$ 90.000	\$ 900.000
2.5	Compra de sogas	Unidad	50	\$ 7.000	\$ 350.000
2.6	Compra de camisetas deportivas	Unidad	150	\$ 6.500	\$ 975.000
3	Papelería				
3.1	Esferos	Unidad	270	\$ 600	\$ 162.000
3.2	Resma tamaño oficio	Unidad	90	\$ 9.500	\$ 855.000
3.3	Resma tamaño carta	Unidad	90	\$ 7.500	\$ 675.000
3.4	Marcadores	Unidad	90	\$ 2.000	\$ 180.000
4	Muebles y enseres				
4.1	Escritorio	Unidad	1	\$ 90.000	\$ 90.000
4.2	Sillas metálicas	Unidad	15	\$ 84.000	\$ 1.260.000
4.3	Sillas oficina	Unidad	1	\$ 80.000	\$ 80.000
4.4	Cafetera	Unidad	1	\$ 150.000	\$ 150.000
5	Equipos de cómputo y electrónicos				
5.1	Compra de video-bean de 2500 lúmenes	Unidad	1	\$ 2.500.000	\$ 2.500.000
5.2	Pc Portátil	Unidad	1	\$ 900.000	\$ 900.000
5.3	Televisor de 32 pulgadas	Unidad	1	\$ 700.000	\$ 700.000
6	Refrigerios				
6.1	Refrigerios para las actividades recreativas	Unidad	2700	\$ 2.000	\$ 5.400.000
7	Arriendos				
7.1	Arriendo con servicios incluidos	Unidad	18	\$ 400.000	\$ 7.200.000
8	Otros				
8.1	Imprevistos	Unidad	18	\$ 100.000	\$ 1.800.000
				Total costos fijos	\$ 29.817.000

Tabla 8.

Resultado de inversiones

Estado de resultados				
Item	Detalle	Primer semestre	Segundo semestre	Tercer semestre
A	Beneficios totales	\$ 69.420.240	\$ 69.420.240	\$ 69.420.240
B	Costos de beneficios	\$ 22.800.000	\$ 22.800.000	\$ 22.800.000
C = a-b	Beneficios bruto	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240
	Gastos	\$ 20.152.000	\$ 0	\$ 0
	Beneficios operacionales	\$ 26.468.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240
	Ingresos u egresos	\$ 0	\$ 0	\$ 0
	Beneficios antes de impuestos	\$ 26.468.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240
	Impuestos	\$ 0	\$ 0	\$ 0
	Beneficio neto	\$ 26.468.240	\$ 46.620.240	\$ 46.620.240

Tabla 9.

Flujo de Caja

Valor actual neto: van					
Semestre	Costos	Beneficios	Neto	Factor	Va
0	\$96.417.000,00	\$0,00	\$96.417.000,00		\$96.417.000,00
1	\$50.817.000,00	\$69.420.240,00	\$18.603.240,00	1,053	\$17.666.894,59
2	\$22.800.000,00	\$69.420.240,00	\$46.620.240,00	1,108809	\$42.045.329,72
3	\$22.800.000,00	\$69.420.240,00	\$46.620.240,00	1,167575877	\$39.929.088,05
				Van =	\$3.224.312,36

Tasa de descuento	5,3 semestral
V.A.N	\$3.224.312,36
T.I.R	15,90%

Fuentes de ingreso

Este proyecto será cofinanciado:

Indeportes Cundinamarca: Esta institución aportara \$24.104.250

Coldeportes Nacional: Esta institución aportara \$48.208.500

Alcaldía Municipal de Fusagasugá: Esta institución aportara \$24.104.250

Evaluación financiera

Horizonte de evaluación: El Horizonte de evaluación de este Proyecto Social se estipulo a dieciocho (18) meses, para este tiempo se pronosticó todos los recursos necesarios que contribuirán al desarrollo de las actividades, de igual manera observaremos los resultados o la satisfacción de las necesidades de la población objeto favorecida.

Tasa de descuento:

La tasa de descuento que nosotros tomamos como referentes para este proyecto social fue del **5.3 %** semestral vencido, la cual la tomamos como referencia por el Departamento de Planeación Nacional para evaluar Proyectos Sociales, es la tasa promedio de los Bancos Nacionales, de igual manera fue decisión autónoma basada en un promedio ponderado de las tasas de intermediación Bancaria.

Resultado VPN:

El Valor Presente Neto de este proyecto Social es: **3.224.312,36** lo cual me permite concluir que, es viable ya que VPN es mayor a Cero (0); aunque el VPN este expresado en millones no significa que genere una rentabilidad alta.

Resultado TIR:

La Tasa Interna de Rendimiento de este Proyecto Social es: **15.9 %** lo cual me permite deducir que es muy alta, característica particular de los Proyectos Sociales ya que es difícil cuantificar los beneficios Sociales, además por ser un Horizonte muy cercano (18) meses la TIR es muy alta.

Periodo de recuperación:

Por ser un proyecto social es difícil obtener este Periodo ya que los recursos serán asignados por instituciones que financiaran todo el Proyecto, sin embargo el tiempo requerido para ejecutar el proyecto luego de obtener los recursos requeridos es de tres semestres o 18 meses.

Proyección de impactos

Impacto económico

Aunque en los diferentes proyectos de Inversión como Social siempre habrá algunos que presentaran más impacto económico que otros, este proyecto Social presenta algunos impactos significativos:

Generación cuatro (4) empleos para el desarrollo de las actividades planeadas durante el proyecto, de igual manera algunos empleos temporales como personal de apoyo para algunas actividades.

Proyección como un proyecto de intervención aplicable a poblaciones más grandes y de proporciones más significativos.

Impacto social

Siendo este un Proyecto de carácter Social deberá tener una serie de impactos o efectos ante toda la comunidad ya sea la de objeto de trabajo o aquellos que contribuirán para que se desarrolle de la

Producción de Bienestar: Disminuir los índices de agresividad en los adolescentes, aumentar los hábitos de vida saludable, prevenir que los adolescentes estén sujetos a peligros de toda clase de violencia, ser ejemplo ante los demás adolescentes o personas del común teniendo adecuadas actitudes en situaciones adversas de la vida cotidiana y mejoramiento de la autoestima.

Intervención a más de 500 estudiantes que beneficiaran directa o indirectamente el mismo número de familias y gran cantidad de población educativa y pares al ser replicadores de las estrategias y herramientas proporcionadas.

Efectos Políticos: Promoción y prevención ante las demás instituciones para los adolescentes apáticos o no cubiertos con este proyecto se vinculen alejándose de las diferentes causas que contribuyen por falta de Tolerancia.

Se aumentará el bienestar y la sana convivencia en la comunidad por medio de los servicios culturales, recreativos y deportivos alejándolos así de riesgos como la drogadicción, alcoholismo y otros que a futuro no se tendrá que pensar en una rehabilitación continua en instituciones.

Se utilizará los recursos adecuados, utilización adecuada para que no se tenga que gastar más en la compra de nuevos materiales.

CONCLUSIONES

El desarrollo de la investigación permitió recopilar información fundamental para verificar la viabilidad del proyecto propuesto. La revisión documental y bibliográfica sobre agresividad y violencia permitió consolidar una perspectiva objetiva con relación a los motivos que generan la conducta agresiva en los adolescentes, principalmente en el contexto educativo.

Inicialmente se encuentran varios autores que han argumentaron que la conducta agresiva es inherente del ser humano o es una respuesta adaptativa al ambiente, justificando así la reacción agresiva de los individuos, y los adolescentes. Sin embargo no se logra establecer este patrón como una disposición universal, ya que no todas las personas son agresivas y no todos los adolescentes presentan problemas de comportamiento durante este ciclo de vida. En cuanto a las teorías que se refieren a la agresividad como una conducta aprendida del entorno en el cual se desarrollan las personas (social, educativo y familiar), poseen fundamentos más sólidos para asegurar que la conducta del hombre es construida del aprendizaje y la experiencia.

En cuanto a conducta agresiva podemos concluir que no es posible establecer patrones universales que se repitan en todos los seres humanos, más si puede considerar la existencia de factores biológicos, sociales, culturales, emocionales y psicológicos de las personas que ayudan a determinar su forma de actuar. Por este motivo, y teniendo en cuenta el ambiente social que se vive actualmente a nivel mundial con la globalización, la desestructuración familiar, la violencia organizada, la pérdida de valores, la corrupción, las estafas, las guerras, conflictos internos, las crisis económicas, la delincuencia, y demás problemas que afectan el normal desarrollo de los

seres humanos, especialmente los adolescentes, individuos que se encuentran en una etapa de cambios y adaptaciones físicas, psicológicas, sociales y emocionales; etapa que por sí misma es para muchos caótica y conflictiva, es posible identificar una crisis emocional reflejada en el comportamiento que asumen en los diferentes contextos en los que se des envuelven.

Para nuestro fin particular, el contexto educativo, se ha evidenciado su protagonismo como uno de los escenarios más utilizado por los jóvenes para manifestar sus inconformidades y dificultades emocionales a través de la agresión y la violencia, o mediante el aislamiento y la introversión, situaciones que no favorecen el establecimiento de relaciones interpersonales sanas y constructivas, más si el desarrollo de conductas delictivas, intolerantes y destructivas, generando ambientes hostiles que repiten la conducta y la replican a individuos que posiblemente sean más estables emocionalmente. Esta Problemática es conocida como Bullying o Agresión escolar y se presenta a nivel mundial.

El municipio de Fusagasugá no es ajeno a esta problemática, y, mediante el análisis de la información proporcionada por la Secretaria de Salud y otras instituciones que manejan temáticas relacionadas en los ambientes escolares, se ha evidenciado que la agresividad y la violencia con sus diferentes manifestaciones están presente en las instituciones educativas del municipio, especialmente en los grados superiores donde la falta de tolerancia, la escases e valores y la necesidad de reafirmación son el común denominador de las relaciones establecidas entre estudiantes. Esta situación se refleja en la ejecución del Programa de Salud Mental de la Secretaria de Salud, donde, según la ejecutora de las diferentes actividades, el nivel de agresividad y violencia de los estudiantes en constante. El estudio crítico de los resultados de estos planes de intervención deja clara la situación al interior de las aulas de los colegios de

Fusagasugá, que directa o indirectamente perjudican a la comunidad en general, ya que la población estudiantil del municipio equivale al 21% de la población total.

El diseño de un plan de intervención basado en actividades físicas recreativas no es una estrategia nueva, ya en diferentes países se han ejecutado obteniendo resultados positivos, sin embargo nuestra propuesta incluye una educación basada en el aprendizaje experiencial que se obtiene del contacto directo con las situaciones problema, y como, haciendo uso de recursos como la comunicación, la escucha, la asertividad y el liderazgo entre otros, se pueden solucionar problemáticas que se relacionan directamente con la forma de actuar de las personas. El estudio de mercado, identificando la población objeto del proyecto: adolescentes entre los 12 y 17 años, nos permite concluir que efectivamente existe una demanda constante para este tipo de actividades al contar con más de 11.800 estudiantes en este rango de edad.

Otra conclusión que se puede obtener del estudio realizado es que este tipo de proyectos de inversión social y comunitaria poseen una amplia fuente de entidades que facilitan de inversión y patrocinio, teniendo en cuenta que se pueden articular a programas definidos por las instituciones públicas que intervienen la problemática señalada o hacen para de la actividad física como medio de ejecución. Por parte del sector privado encontramos el apoyo de ONGS y Fundaciones que también orientan sus esfuerzos para disminuir las brechas sociales de las comunidades de la región y el país.

Los recursos requeridos para la ejecución del plan son considerables, pero el impacto social que se podría lograr justifica la inversión y la dedicación para el logro de los objetivos propuestos.

BIBLIOGRAFÍA

Acoso escolar dispara las alarmas en Colombia. Recuperado el 02 de Marzo de 2014 de http://www.profamilia.org.co/index.php?option=com_content&view=article&id=534:acoso-escolar-dispara-las-alarmas-en-colombia.

Álvarez H, Aureliana. Niño M, Fideligno. (1997). Guía de Investigación. Bogotá: Universidad Santo Tomas USTA

Arancibia C. Violeta, Herrera P. Paulina y Strasser S.Katherine, *Manual de Psicología Educacional, Capitulo 6*. Recuperado el 21 de Febrero de 2014 de <http://galeon.com/nada/parte3.pdf>.

Bonilla Castro Elsy. Rodríguez Sehf Penélope. (1998). *Más allá del Dilema de los métodos*. Bogotá: Norma SA.

Bozhovich, L. I. (1974). *Desarrollo e identidad personal* San Salvador: Pueblo y Educación

Canto Ortiz Jesús. (1994). *Psicología Social e influencia*. Málaga: Archidoma.

Congreso de la Republica de Colombia. (2006) *Ley 1098 de 2006 Código e Infancia y Adolescencia*. Publicado Miércoles, 8 de noviembre de 2006. Bogotá, Colombia.

Congreso de la Republica de Colombia. (2013) *Ley 1620 de 2013 Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar*. Publicado Viernes, 15 de Marzo de 2013. Bogotá, Colombia.

- Fernández Isabel. (1999). *Prevención de la violencia y resolución de Conflictos, El clima escolar como factor de Calidad*. Madrid: Nancea S.A.
- Howley, Edward. (1995). *Manual del técnico en salud y fitness*, Editorial: Paidotribo.
- Márquez Rosa Sara y Garatachea Vallejo Nuria. (2009). *Salud y Nutrición, Actividad Física y Salud*. España: Diaz de Santos.
- Medina, E. J. (2003) *Actividad física y salud integral*. Barcelona: E. Paidotribo.
- Melgosa Julián. (1998). *Nuevo estilo de Vida, Para adolescentes y padres*. Madrid, España: Safeliz.
- Mendoza, Anna. (2011, 18 de Septiembre). *Violencia Física en colegios Colombianos*. Recuperado el 23 de Marzo de 2014 de <http://www.slideshare.net/ANNAMENDOZA/violencia-fisica-en-colegios-colombianos>
- Muñoz Vivas, Fabiola. (2000). *Adolescencia y agresividad*. Tesis Doctoral publicada. Universidad Complutense, Madrid, España.
- Papalia Diana E, y Wendkos Olds Sally. (2000). *Psicología del desarrollo de la Infancia y la Adolescencia*. México: Mc Graw Hill.
- Ponce de León, Eduardo. (2000). *La metodología de la Investigación Evaluativa y Social*. Bogotá: Universidad El Bosque.
- Presidencia de la Republica. (Diciembre 2004). *Educación y Orden Familiar, Asuntos De Género. Boletín No 8* Presidencia de la república. P. 15

Redacción de Cundinamarca (2013, 31 de Octubre). *Escolares resuelven los conflictos violentamente*. Recuperado el 13 de Marzo de 2014 de <http://www.eltiempo.com/>

Redacción Caracol. (2010, 26 de Agosto). *La violencia en los colegios llega al 45%, denuncian padres de familia*. Recuperado el 28 de Marzo de 2014 de <http://www.caracol.com.co/noticias/bogota/la-violencia-en-los-colegios-llega-al-45-por-ciento-denuncian-padres-de-familia/>.

Revista Uruguaya de Psicoanálisis (2003). Sección Pliritematica. p. 163 – 183

Romero Ibañez Pablo. (2000) *La Lúdica y la Recreación*: España.

Trella Bernet, Jaume (coord.). Cano García, Elena. Carrero Rodríguez, Mario, y Demás. (2011). *El legado Pedagógico del Siglo XX para la escuela del Siglo XXI*. Colombia: GRAÓ.

Universidad de Cádiz. *Resolución de Problemas y Toma de Decisiones*. Recuperado el 20 de Febrero de 2014 de <http://www.csintranet.org/competenciaslaborales/images/stories/descripciones/0.P.RESOLPROBLEMAS.pdf>.

Valencia Murcia, Fernando. (Enero 2004). *Conflicto y Violencia Escolar en Colombia*. Universidad de San Buenaventura, Cali, Colombia.

Vargas Martínez, Hermes Heriberto. (2005). *Modulo Curso Académico Diseño de Proyectos*. Bucaramanga: UNAD.

....., (1995). *Constitución Política de Colombia*. Bogotá: El Pensador.

Anexo I Encuesta Adolescentes De 13 A 15 Años

Institución Educativa: _____ **jornada:** _____

Grado: _____ **Genero:** _____ **Edad:** _____

La presente encuesta tiene por objetivo conocer las opiniones de los adolescentes con actitudes y comportamientos de agresividad marque con una x

1. Cómo me siento en el lugar de clase?
 - a) Bien
 - b) Regular
 - c) Mal
2. Normalmente a la hora de descanso:
 - a) Juego con amigos
 - b) Estoy solo
 - c) Estoy en la biblioteca
3. Cómo es mi relación con mis compañeros?
 - b) Bien
 - b) Regular
 - c) Mal
4. Cuantos amigos tengo?
 - a) Más de tres
 - b) menos de tres
 - c) ninguno
5. Cuando termina la jornada educativa, yo:
 - a) Salgo con mis amigos
 - b) voy acompañado por mis amigos a la casa
 - c) voy solo para la casa
6. Cuando alguien se ríe de mí, yo:

a) Me rio también b) me molesto y reclamo c) me molesto pero no digo nada

7. Cuando inicio un escrito, luego de un rato descuido la caligrafía?

a. Casi siempre b) Siempre c) Nunca

8. Cuando un compañero llora o esta triste, yo:

a) Me rio de él b) lo ignoro c) le pregunto qué le pasa.

9. Cuando empiezo algo, por lo general lo termino de hacer con el mismo entusiasmo?

b) Casi nunca b) a veces c) siempre

10. Cuando me aburro en clase, yo:

c) Molesto a algún compañero b) hablo con otros c) escribo cualquier cosa

11. Cuando estoy en casa, normalmente estoy:

d) Con amigos o hermanos b) mis padres c) solo

12. Que me molesta más:

e) Los niños que hablan de todo b) los nerds c) los niños que molestan

13. Qué situación me agrada más:

f) Jugar con mis compañeros b) hablar con mis compañeros c) leer

14. Que es una emoción o un sentimiento?

RTA: _____

_____.

15. Diez emociones o sentimientos:

RTA: _____

16. Como identifico las emociones y sentimientos de los demás?

RTA: _____

17. En mi estado de ánimo, siempre predomina un sentimiento, cual es y como lo manifiesto

RTA: _____

18. Qué situación me molesta más en la clase?

RTA: _____

19. Que opino de los estudiantes que siempre están solos o no tiene muchos amigos?

RTA: _____

20. Cuando hay hora libre, yo normalmente qué hago?

RTA: _____

21. Qué situación me da más risa en la clase?

RTA: _____

22. Describo mi personalidad

RTA: _____

23. Como sería el compañero ideal

RTA: _____

_____.