

EL CUERPO EN EL DEPORTE (GIMNASIA RÍTMICA), SU IMPORTANCIA EN LO EMOCIONAL Y EN LOS PROCESOS EDUCATIVOS

The body in sport (rhythmic gymnastics), its importance emotionally and in educational processes

O corpo no esporte (ginástica rítmica), sua importância emocional e nos processos educativos

Resumen

El presente artículo busca reflexionar acerca del cuerpo y como se ha dado su formabilidad en el contexto postmoderno, postura que se traslada al deporte moderno, específicamente en la Gimnasia Rítmica. Esta práctica deportiva se encierra en la paradoja de formar el sujeto desde una mirada ductilizadora y disciplinante al mismo tiempo que que posibilita una visión holística, reivindicativa y emancipadora de este, que permite el reconocimiento de lo emocional, en este caso, en el contexto educativo colombiano el cual presenta falencias en la incorporación de estas temáticas. Es fundamental centrar la lupa y darle la importancia que se merece a lo deportivo y lo emocional, a través de dinámicas como la expresión (proceso intrínseco de la Gimnasia Rítmica) que permite potenciar las distintas dimensiones del ser humano, desde lo cognitivo, comunicativo, creativo, afectivo, que da como resultado un estado de bienestar, autoconocimiento, convivencia en la comunidad educativa y en la sociedad en general en la que los sujetos acontecen.

Palabras clave: Cuerpo, expresión corporal, inteligencia emocional, sistema educativo colombiano.

Abstract

This article seeks to reflect on the body and how its formability has been given in the postmodern context, a position that is transferred to modern sport, specifically in Rhythmic Gymnastics. This sports practice is enclosed in the paradox of forming the subject from a ductilizing and disciplining look at the same

Jenny Jiménez López¹

ARTÍCULO DE REFLEXIÓN
Recepción: 11/04/2020
Aceptación: 04/03/2021

PALABRAS CLAVE:
Cuerpo, expresión corporal, inteligencia emocional, sistema educativo colombiano.

KEYWORDS:
Cuerpo, expresión corporal, inteligencia emocional, sistema educativo colombiano.

PALAVRAS-CHAVE:
ataque organizado, futebol, orientação corporal, processo de ensino-aprendizagem, proposta didático-metodológica

¹ Universidad de Antioquia

time that it allows a holistic, vindictive and emancipatory vision of it, which allows the recognition of the emotional, in this case, in the Colombian educational context. which presents shortcomings in the incorporation of these topics. It is essential to focus the magnifying glass and give the importance it deserves to sports and emotions, through dynamics such as expression (intrinsic process of Rhythmic Gymnastics) that allows to enhance the different dimensions of the human being, from the cognitive, communicative, creative, affective, which results in a state of well-being, self-knowledge, coexistence in the educational community and in society in general in which the subjects occur.

Keywords: Body, corporal expression, emotional intelligence, colombian educational system.

Resumo

Este artigo busca refletir sobre o corpo e como sua formabilidade tem se dado no contexto pós-moderno, posição que é transferida para o esporte moderno, especificamente na Ginástica Rítmica. Essa prática esportiva está encerrada no paradoxo de formar o sujeito a partir de um olhar ductilizante e disciplinador ao mesmo tempo em que permite uma visão holística, vingativa e emancipatória do mesmo, que permite o reconhecimento do emocional, neste caso, no colombiano contexto educacional, que apresenta deficiências na incorporação desses temas. É fundamental focar a lupa e dar a importância que ela merece ao desporto e às emoções, através de dinâmicas como a expressão (processo intrínseco da Ginástica Rítmica) que permite potenciar as diferentes dimensões do ser humano, desde o cognitivo, comunicativo, criativo, afetiva, que resulta em um estado de bem-estar, autoconhecimento, convivência na comunidade educativa e na sociedade em geral em que os sujeitos ocorrem.

Palavras-chave: Corpo, expressão corporal, inteligência emocional, sistema educacional colombiano.

Las emociones y los sentimientos no son una lujuria, son la manera de comunicar nuestros estados mentales a las demás personas, pero también son una guía para poder tomar decisiones.

Antonio Damásio

Introducción

Este artículo de reflexión surge en el proceso de investigación sobre la Gimnasia Rítmica en personas con discapacidad intelectual y los procesos de expresión corporal, creatividad motriz y comunicación no verbal, categorías a las cuales se les ha restado importancia en los entornos escolares. Es por esto, que se hace importante extender este tipo de procesos no solo en los ambientes escolares, estas deben traspasar fronteras y ubicarse en la acción y el discurso de los procesos inclusivos, que tengan como finalidad permear a la sociedad en general.

El punto de partida se da desde la reivindicación que puede generar la Gimnasia Rítmica en las representaciones simbólicas que se generan en el cuerpo, incluso yendo en contravía con la disciplinarización y rutinización que en muchas ocasiones presenta lo deportivo a través de la paradoja y la tensión que presenta esta práctica deportiva en

cuanto a la potencialización de distintas dimensiones del ser humano al mismo tiempo el carácter enajenador y ductilizador del cuerpo y el accionar de los sujetos.

La tesis central de este artículo gira en torno a la reflexión que surge sobre las tensiones que existen frente a las concepciones que se tiene del cuerpo y cómo estas se trasladan al constructo simbólico en las prácticas deportivas, en este caso de la Gimnasia Rítmica, que tiene dentro de ella una postura instrumentalista y al mismo tiempo una visión potenciadora de elementos expresivos y creativos, permitiendo desde esta segunda visión, el fortalecimiento de lo emocional en los procesos educativos.

Los procesos de formabilidad pueden presentarse como cuerpo dúctil, controlado, homogeneizado, como cuerpo “autónomo” pero sometido a los riesgos que impone la postmodernidad (entiéndase cirugías plásticas, anorexia, bulimia, consumo de sustancias psicoactivas, entre otros) o por el contrario, un cuerpo desde una visión holística, emancipadora desde el reconocimiento del propio cuerpo, desde una perspectiva poética que permita una resignificación e identificación del ser a través de la expresividad corporal que denota la Gimnasia Rítmica, convirtiéndose de esta forma, en elemento esencial para una educación de lo emocional para su asimilación, comprensión y regulación, lo que supone un cambio positivo en el bienestar de cada sujeto y por ende de la comunidad que lo rodea.

Por otro lado, se busca reflexionar sobre el sistema educativo colombiano en la actualidad, hacia qué objetivos se encamina y cómo lograr que la amalgama de posibilidades de los procesos educativos, se ubiquen hacia el desarrollo de las distintas esferas del ser que y no desde la visión reduccionista cartesiana que ve al ser humano como si de una máquina se tratara.

Las paradojas del cuerpo en la modernidad

El término postmodernidad “sugiere la crisis de la racionalidad moderna y del carácter trascendente y/o universal de los valores y de las pautas que han regido las sociedades occidentales en los últimos siglos” (Barbero, 2005, p.44). Estas crisis traen consigo la reflexión de diferentes temáticas que ayudan a comprender los cambios acaecidos a través de la llamada modernidad reflexiva, entre ellas las que competen a las nociones que existen frente a las representaciones del propio cuerpo, desde las perspectivas de cuerpo como “un objeto de consumo y signo a la vez y el lenguaje del cuerpo” (Martínez, 2004, p. 128).

No se puede negar que en el marco de la sociedad postmoderna “el cuerpo se ha convertido en un protagonista importante de las vidas y de las narrativas cotidianas” (Barbero, 2005, p.45) presentándose diferentes intereses en los usos y representaciones que de este se hace. Existe una tendencia muy marcada de lo que es el cuerpo bajo lo que Foucault (2002) denomina “l’homme-machine de la Metrie” es a la vez una reducción materialista del alma y una teoría general de la educación, en el centro de la cual domina la noción de “docilidad” que une al cuerpo analizable el cuerpo manipulable” (p.125), un cuerpo formado y educado que desde su nacimiento se inscribe en los imaginarios simbólicos que surgen de prácticas socio-culturales de su comunidad, estos imaginarios son adoptados mediante la educación que es el “conjunto de reacciones de las sociedades modernas al hecho antropológico de la formabilidad (perfectibilidad) humana” (Runge, s.f.a, p.21) y que además “busca la autorreproducción y persistencia de la sociedad misma a partir de dinámicas de mediación entre los individuos”. (Runge, s.f.a, p.3).

Esta formabilidad se da a través “de las cotidianidades que se encuentran en las prácticas educativas y que podemos definir como “un conjunto institucionalizado de actividades y acciones (prácticas) recurrentes y rutinizadas mediante las cuales se absorbe y ritmiza, de manera funcional, el tiempo de la vida y de la cotidianidad.” (Runge, s.f.a, p.13).

Lo expuesto anteriormente lleva a pensar en el uso que las sociedades han dado a lo que llamamos en las sociedades occidentales cuerpo, visto este como una construcción social- cultural que Le Breton (2002) define como “el lugar y el tiempo en el que el mundo se hace hombre inmerso en la singularidad de su historia personal” (p.35).

De esta manera entra a jugar un papel fundamental dentro del proceso pedagógico del reconocimiento del cuerpo una visión de la “formabilidad” como una “disposición humana que permite el desarrollo y crecimiento de todos los aspectos (corporales, espirituales, afectivos, etc.) humanos de acuerdo con las exigencias de la realidad” (Runge, s.f.a, p.4), donde el propio sujeto de cuenta de la resignificación del entorno social donde es protagónico con su cuerpo, encontrando de esta manera nuevas formas de comunicarse con su propio ser y con la sociedad que lo rodea.

No obstante, el concepto formabilidad acarrea distintas interrogantes: ¿la formabilidad opera de la misma manera en todos los seres humanos? ¿esta formabilidad permite exteriorizar las distintas expresiones de los sujetos? ¿sirve la formabilidad como mecanismo de control de la sociedad? Es esencial en el terreno donde se ubica este artículo reflexionar acerca de los modelos educativos de la actualidad para que de esta forma se analice la articulación de los procesos educativos pensados hacia el desarrollo de las distintas dimensiones del ser humano, y no bajo una visión de formabilidad del cuerpo desde una educación para el trabajo (de la era moderna, al servicio del capital) con una visión utilitarista del ser y por ende de su cuerpo, donde “la vida en esa lógica, se presenta como un paso del “es” al “deber ser” (en tanto ideal de perfección)” (Runge, s.f.a, p.18). Por otra parte, Ritner (2010) opina que:

Cada desarrollo social contiene también una expresión sociocultural del cuerpo y una transformación de los sistemas de interpretación del mismo. Con el cambio social se unen, por lo tanto, también las transformaciones en los ideales del cuerpo y de la personalidad, los cuales regulan la relación de los individuos con su cuerpo. (p.68)

Al respecto, Gómez, Gallo y Pianella (2018) buscan generar un pensamiento desde lo educativo que permita privilegiar los conocimientos que se gana a través de la experiencia, que hacen:

Conexión con la vida, con formas de auto creación, con estéticas del existir como arte de vivir y con la acción educativa que es capaz de hacer visible algo porque atañe a un crear(se), cuidar(se), pensar(se) y a un saber de sí mismo (p.180).

Estos autores reconocen el cuerpo como “un constructo social y cultural y, gracias a su dimensión simbólica, podemos hallarle nuevos sentidos y significados” (Ibidem, p. 183). Desde esta postura toma importancia la reflexión de este artículo frente al proceso educativo del cuerpo en lo deportivo y como a través de esta cosmogonía se puede potenciar la inteligencia emocional en el terreno de la educación.

Es imperativo el hecho de una formabilidad del sujeto que ligue el cuerpo a su ser ya que es una totalidad que desde su experiencia vivencial logra construir acciones, significados, prácticas, enseñanzas, exterioriza ideas, emociones, sentimientos, aprendizajes que impregnan de sentido su vida y el de los sujetos con los cuales interactúa.

Lo corporal está transversalizado por lo simbólico, la representación de las prácticas, lo espiritual, en la formabilidad de este también confluyen las contradicciones y construcciones que implica el ser social. De esta forma se reconoce que:

La dimensión simbólica del cuerpo en la educación es comprender que él anuncia las formas de experiencia con el mundo y con sí mismo, de esta manera, el lenguaje poético del cuerpo es sentido, sensación, afección, percepción, pasión, voluntad y deseo y puede afirmarse que el cuerpo es el lugar de la irrupción del acontecer (Gómez, Gallo y Pianella, 2018, p. 189).

La formabilidad del cuerpo en el deporte

La reflexión se centra específicamente en la Gimnasia Rítmica para explicar los fenómenos acontecidos en el deporte respecto a la formabilidad que se le ha dado al cuerpo tanto desde la visión mecanicista de este y en sus posibilidades de potenciación de la expresión corporal para la regulación y autogestión de las emociones en el ámbito educativo.

Un referente importante en la reflexión en torno a la formabilidad que se instaura desde lo deportivo en la modernidad la protagoniza Barbero (2005) que denomina el deporte como una “construcción social, una institución que contribuye al mantenimiento del orden establecido, a través de la glorificación de las ideologías y de los valores hegemónicos” (p.41)

Para desarrollar su concepto se apoya en la teoría de Bourdieu con sus conceptos de campo y habitus, y a partir de allí nombra el cuerpo, para referirse a:

Forma de capital cultural (socialmente construido, e íntimamente ligado a las condiciones materiales y culturales de existencia colectiva e individual, etc.), nos permite cuestionar el carácter universal y asocial con el que con frecuencia explicamos los valores y la importancia del cuerpo y del movimiento (Barbero, 2005, p.26).

La modernidad ha afectado todas las esferas de la vida del ser humano, independiente de las prácticas que desarrollen. Esto se puede ver en Elías cuando explica la instauración de ciertas reglas de etiqueta en los procesos civilizatorios (que son altamente utilizadas en la Gimnasia Rítmica, a través del moldeamiento del cuerpo, del cuidado de la postura corporal y de la estética, entre otras formas). Respecto a ello opina que:

En consonancia con la organización social y el control de los medios de violencia en las sociedades estado industrializadas de nuestro tiempo, nosotros mismos somos educados conforme a pautas concretas de autocontrol en lo que respecta a impulsos violentos. Automáticamente con estas pautas o reglas, medimos todas las trasgresiones (...) una vez interiorizadas, estas normas nos brindan protección y refuerzan nuestras defensas para no caer en ningún tipo de desliz. (Elías & Dunning, 1992, p. 165)

Estos autores, son más amplios en el análisis de este aspecto y aseguran que “la presión social a autocontrolarse en las actividades deportivas para no causar daño a los otros ha llevado el autocontrol a un nivel en el que hace daño a uno mismo” (Ibdem, p.36). Plantean además algunas ideas sobre la emoción en el ocio y explica cómo este ha permitido la canalización de las emociones en los procesos de civilización a través de las normas sociales de conducta que se expresan en lo que ellos denominan “civismo”.

Por otro lado, reconocen el escenario deportivo como un espacio diseñado para que las emociones afloran, para liberar tensiones controladas “sin los riesgos y tensiones habitualmente asociados con la excitación en otras situaciones de la vida; o sea, una emoción mimética que puede ser agradable y producir un efecto liberador y catártico” (Ibdem, p.64-65).

Lo anterior, se observa en la práctica de la Gimnasia Rítmica que, al ser una construcción social y cultural supeditada a la imposición de reglas y valores, trae consigo ciertos desencantos. El sometimiento a los que se ven expuestas las gimnastas de alto rendimiento se torna difícil pues después de pasar por horas de calentamiento, clase de ballet, preparación general y específica del deporte, depuración de la técnica corporal y de aparato de manera aislada, seguidas de muchas horas de la ejecución de las rutinas gimnásticas que se componen de una coreografía de un minuto treinta en la que la gimnasta debe desarrollar distintos elementos gimnásticos (saltos, giros, equilibrios, ondas corporales, pasos rítmicos) y manejos de aparatos (cuerda, aro, balón, mazas y cinta con sus riesgos y dificultades de aparato) acompañadas de la música.

Se expone de manera evidente y manifiesta el agotamiento físico y mental después de haber pasado por este arduo entrenamiento. Este deporte que se caracteriza por su técnica depurada que requiere de muchísima preparación, también está compuesto por un código de reglas estrictas y específicas. No obstante, tiene un apartado fundamental de calificación llamado ejecución, que comprende lo artístico y lo técnico. En el componente artístico, se le pide a la gimnasta que debe expresar con su cuerpo y su rostro, que debe contar una historia y transmitir las emociones que la invaden a los espectadores y a los y las jueces.

Para las gimnastas esta situación se torna compleja, ya que vienen de un entrenamiento con alta exigencia técnico-mecánica que además les impone la manifestación de expresión corporal y facial y, si bien en muchas ocasiones se convierte en un momento liberador, con tantas reglas que se imponen es difícil asimilar estos procesos.

El quehacer docente en este caso específico, se pone a prueba al presentarse antinomias, que se debaten entre la libertad y la coacción. Al mismo tiempo que se le pide a la gimnasia rítmica explorar desde la expresión corporal para generar un canal de transmisión de la emoción que le lleve a utilizar elementos potenciadores de su creatividad motriz, expresión corporal y de su lenguaje con el cuerpo, estas se ven limitadas al toparse con la cantidad de normas estrictas y códigos que adiestran, ductilizan desde el cómo debe ejecutar sus secuencias de movimiento, esto sería, “educar —coaccionar y direccionar— para la libertad” (Runge, s. f. b, p.3).

Es clara la visión mecanicista que se le ha dado al cuerpo a través de las distintas esferas de lo social, en este caso el cuerpo desde lo deportivo, pero también se han esclarecido distintas visiones tanto del control excesivo del cuerpo como de las potencialidades a nivel sensitivo que permite lo deportivo y que podemos visualizar en los distintos deportes modernos que existen; Gómez (2015) opina al respecto que:

Principalmente en la Gimnasia Rítmica Deportiva (...) vemos rasgos rítmico-expresivos, ya que el hecho de que se apoyen en la música lleva a los/las gimnastas a expresar la emoción que ésta les suscita. Pero al adoptarse a la reglamentación deportiva (competición y rendimiento) y debido al alto grado de dificultad de ejecución técnica estas modalidades deportivas cayeron en el movimiento estereotipado por lo que la expresividad corporal del deportista se vio ampliamente disminuida. (p.48)

Precisamente se quiere hacer un rompimiento de las dinámicas ductilizadoras y enajenantes que han propiciado la visión del cuerpo como máquina, es preciso dar la vuelta y otorgar una resignificación y una forma de reivindicación de las prácticas deportivas como garantes de calidad de vida. Por ejemplo, autores como Vigarello (2006) nombrado por Gómez (2015) otorgan una perspectiva diferente del cuerpo en movimiento a través de los procesos deportivos. Para este autor:

El cuerpo y su entrenamiento enfatizan un doble estudio de identidad, una manera doble de conocerse a sí mismo dentro de una sociedad que engrandece el desarrollo personal. El desarrollo corporal es para muchos una experiencia íntima, un ejemplo básico de explorar la identidad. (p.57)

La atención se centra en la Gimnasia Rítmica desde un enfoque pedagógico que se convierte en potenciadora de la expresividad y comunicación a través de lo corpóreo, de las manifestaciones emocionales del ser humano, de sus pensamientos, de sus ideas, de sus representaciones y formas de ver el mundo, de exteriorizar la emoción. Esta modalidad deportiva que tiene como componente principal la expresión corporal permite una orientación pedagógica-educativa, al reconocer la importancia de esta en “el desarrollo de la vida afectiva del individuo utilizándola para exteriorizar el mundo interno de la persona” (Gómez, 2015, p.60).

Es evidente la estrecha relación que existe entre el cuerpo, el deporte y las emociones pues se entiende que la expresión corporal tiene por objeto:

El estudio del cuerpo con el movimiento como elemento de expresión, comunicación y creación para la formación integral del individuo, resaltando la valía que tiene el movimiento como modo de búsqueda y conocimiento personal debido principalmente a la relación que existe entre la vida psíquica y la experiencia motriz (Gómez, 2015, p.61).

Es necesario centrar el análisis desde propuestas holísticas que permitan la integración de lo deportivo a las prácticas pedagógicas permitiendo el desbordamiento de las formas tradicionales de la enseñanza centrada en el ámbito académico; existen en la actualidad enfoques que centran sus objetivos en los aprendizajes sociales y emocionales incluso ponen la lupa en la cultura, las artes y los deportes; esto lo reafirma la UNESCO (2015) cuando es explícito en reconocer la necesidad de “ir más allá del aprendizaje académico convencional, a pesar de las serias reservas que suscita la viabilidad de captar ese importante aprendizaje emocional, social y ético por medio de mediciones, sobre todo a nivel mundial” (p.39).

La importancia de la inteligencia emocional y lo deportivo en lo educativo

En el marco del sistema educativo colombiano poca atención se le ha prestado al deporte y a la inteligencia emocional que Domínguez (2004) define como “la capacidad de los sujetos para adaptarse a situaciones cambiantes que generen emociones, conflictos intra e interpersonales que a su vez dan lugar a emociones, sentimientos relaciones y estados de ánimo” (p.48).

A través de esta definición podemos comprender que estos dos componentes son fundamentales para el desarrollo del ser humano y se convierten en elementos esenciales para abordar los procesos educativos. Autores como Arboleda, citando a Chinchilla (1997) plantean al respecto que:

La educación en Colombia ha despreciado al cuerpo como objeto de formación y con ello a la educación física, relegando sus funciones y sus propuestas curriculares (...) es así como aquel pequeño espacio reservado al cuerpo se cierra en detrimento del desarrollo motriz y, en consecuencia, del desarrollo integral del alumno. La concepción dualista materia/espíritu pesa en las políticas en este país y la educación física no escapa a esta condición. Por ello la repetición, la tecnificación, la codificación de los gestos y rigurosidad del movimiento han hecho de esta disciplina una técnica más que una importante instancia pedagógica. Problemas conceptuales, pedagógicos, políticos y profesionales asisten a la educación física, que es la responsable del cuerpo en la educación colombiana y a la cual es menester reformar (p.88).

La población educativa está expuesta a grandes riesgos que ponen en peligro la integridad física y emocional del estudiante, casos como: abuso escolar (bullying), frustración por no comprender las asignaciones de la escuela, crecientes caso de depresión y suicidio, son una alarma para preguntarnos si el modelo tradicional es el adecuado para generar desarrollo de las habilidades del individuo y del aporte a la sociedad.

En el Periódico El Expreso (2019) expone las cifras alarmantes de bullying que se presentan en nuestro territorio para hacernos un panorama claro de la problemática, “Un estudio en Colombia realizado por la ONG ‘Bullying sin fronteras’ registró cerca de 2.981 casos graves de acoso escolar desde primero de octubre del 2017 al primero de octubre del 2018” (párr., 2) estas cifras ponen en evidencia al país como uno de los que presenta mayores índices en el mundo.

El estado colombiano en su marco normativo establece que los niños y los jóvenes tienen derecho a educación básica y media, con calidad y pertinencia; pero esto en la realidad no aplica como lo ordena la Constitución. Es primordial tener presente este contexto al momento de analizar y pensar mejor el desempeño de la educación básica.

En Colombia, La Ley 115 de 1994 (Ley General de la Educación) define la educación como “un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes” (p.1), los efectos de la valoración del sistema educativo colombiano demuestran que la funcionalidad del Estado no ha sido la más eficiente porque no todas las personas pueden acceder a ese proceso de “formación permanente” o por lo menos a una educación de calidad. que integre dentro de su currículo educativo lo emocional como transversal a todas las áreas del conocimiento; esta postura se puede reafirmar con lo dicho por Sabater (2019) al referirse a lo dicho por Damásio:

Es necesario que los líderes políticos y educativos lleguen a entender lo importante que son los conocimientos sobre la emoción y el sentimiento, porque muchas de las reacciones que consideramos tan enfermas, tan patológicas, en nuestra sociedad, tienen que ver con las emociones, principalmente con las emociones sociales (p. 7).

Por otro lado, en la malla curricular en la mayoría de instituciones educativas los estudiantes ven como las asignaturas académicas tienen mayor preponderancia que las asignaturas artísticas, éticas y deportivas, lo que hace evidente el desprecio al reconocimiento que tiene tanto el deporte como lo emocional en el ámbito educativo.

Por otro lado, se puede observar cómo estos son afectados por múltiples condiciones de riesgo en su acontecer diario y de desmotivación a la hora de recibir sus clases, y más, cuando en Colombia en la mayoría de las instituciones educativas, se adopta

el modelo de educación tradicional, donde son 40 o 45 estudiantes encerrados en un salón ubicados en filas y columnas, cumpliendo una jornada extensa de 7 horas diarias; incluso Rendón y Cuadros (2016) exponen que la atención se ha centrado en el desarrollo de las competencias intelectuales y se deja a un lado lo concerniente a la educación emocional, esto ha generado “una desproporción entre lo cognitivo, lo emocional y lo procedimental en los contenidos curriculares” (p.4). Según el Ministerio de Educación Nacional, se deben abordar 25 horas semanales de clase, estas se dividen en cada una de las asignaturas escolares. En el capítulo uno referido a la jornada escolar se encuentra en el parágrafo 1:

En concordancia con los artículos 23 y 31 de la Ley 115 de 1994, como mínimo el 80% de las intensidades semanales y anuales señaladas en el presente artículo serán dedicadas por el establecimiento educativo al desarrollo de las áreas obligatorias y fundamentales (p.6-7)

El sistema educativo colombiano se ha enmarcado en la visión del cuerpo ductilizado como lo nombra Foucault cuerpos dóciles, cuerpos marcados por la disciplina una visión del cuerpo mecanicista, uniforme, obediente que no permite la expresividad y creatividad de los estudiantes, por tanto coarta toda posibilidad de comunicarse, de ser autónomos, libres, inhibe la posibilidad de explorar y reconocer el propio cuerpo que tienes ganas de ser poético como lo reconocen Gómez, Gallo, Pianella (2018) el “cuerpo es entendido como el lugar donde acontece la existencia humana, interesa pensar otras maneras del enseñar y el aprender que revitalicen la experiencia poética del cuerpo”(p.180).

Se convierte en un reto identificar las conductas de riesgo a las que se expone el cuerpo en la niñez y la adolescencia desde sus manifestaciones y causalidades. Por otro lado, se deben potenciar las rutas que viabilicen formas de ser, hacer y recrear la corporeidad y que sean respuestas que contrarresten los riesgos a los que se ven expuestos, entiéndase: agresiones al cuerpo, adicciones, anorexia, bulimia, cutting: formas y denominaciones que hoy tienen las conductas de exposición al riesgo con el cuerpo y cirugías plásticas.

La pedagogía debe hacer frente a esta problemática y debe establecer dinámicas para que los sujetos estén en condiciones de apropiar límites a esas conductas. De ahí, radica la importancia que en el ámbito educativo se introduzca como eje transversalizador de los procesos pedagógicos lo emocional ya que como dice Goleman (1996) “todos sabemos por experiencia propia que nuestras decisiones y nuestras acciones dependen tanto -y a veces más- de nuestros sentimientos como de nuestros pensamientos” (p.13)

Áreas como la educación física y deportes entre ellos la Gimnasia Rítmica permiten la diversidad de herramientas expresivas y creativas para la manifestación, comprensión regulación y gestión de los estados emocionales para la mejorar la vida propia como la de las demás personas que están en el entorno que a través de su componente fundamental, la expresión corporal -EC-, crea una forma de lenguaje que posibilita la liberación de su yo interno, de lo que sucede con su mundo interior a través de “pensamientos, sentimientos, emociones e ideas a través del cuerpo y su movimiento. Se le considera una disciplina en la que sus objetivos se sustentan en el cuerpo, el movimiento y el sentimiento” (Gómez, 2015, p. 61).

Teniendo esto claro, se hace visible lo esencial de prácticas deportivas como la Gimnasia Rítmica en los procesos educativos que indudablemente favorecerá el entorno para el fortalecimiento de la inteligencia emocional, que sin duda “proporciona al siste-

ma educativo la facultad de enseñar a los alumnos/as a expresar, identificar y gestionar sus emociones. Es evidente que todos estos aspectos se pueden y se deben trabajar desde la EC". (Gómez, 2015, p.61).

Autores como Castillo y Rebollo (2009) reafirman la importancia de dichos procesos, pues a través de las prácticas deportivas como la Gimnasia Rítmica con su expresión corporal "podemos desarrollar aspectos que desde otros contenidos no es tan sencillo, como puede ser el conocimiento del propio cuerpo, conocimiento del grupo de compañeros, aceptación de uno mismo y de los demás, desinhibición, comunicación, etc." (p.105) Castillo y Rebollo (2009) retoman a Rueda (2004), para explicar los fenómenos presentados en el:

Contenido de educación física que investiga y experimenta las posibilidades corporales y la inteligencia emocional, como medio de transmisión de sentimientos, pensamientos y actitudes, y cuyo fin último es crear y comunicar a través del movimiento. El cuerpo como eje globalizador e integrador es el nexo de unión entre la funcionalidad de la actividad física y la plasticidad de la actividad artística. Su fin está en el propio proceso expresivo" (p.106).

Con lo abordado a lo largo de esta reflexión, es inminente la comprensión de los fenómenos educativos y las acciones a tomar desde:

Un planteamiento holístico de la educación y del aprendizaje que supere las dicotomías tradicionales entre los aspectos cognitivos, emocionales y éticos. Aumenta el reconocimiento de que superar la dicotomía entre las formas cognoscitivas y otras formas de aprendizaje es esencial para la educación, incluso entre los que se centran en la medición del rendimiento del aprendizaje en la enseñanza escolar. (UNESCO, 2015, p.39)

Discusiones y conclusiones

A lo largo del texto se definen algunas de las tensiones que se han dado en la modernidad en torno a la formabilidad del sujeto a través del cuerpo, con concepciones que van desde la presentación de este como cuerpo dócil, otras desde un cuerpo "autónomo" pero puesto constantemente en riesgo (cirugías plásticas, esteroides, anorexia, bulimia) o, por el contrario, un cuerpo que permita potenciar las dimensiones del ser humano para su bienestar y mejor calidad de vida.

El deporte, en este caso la Gimnasia Rítmica, se ve permeada por estos procesos de formabilidad a las que se ve enfrentado el ser humano, evidenciando un carácter ductilizador y homogeneizador del cuerpo. No obstante, esta disciplina deportiva permite desde una reflexividad del acto educativo un logro importantísimo respecto al carácter emancipador del cuerpo, de la exploración y reconocimiento de este a partir de prácticas como la expresión corporal que lo dotan de un espectro comunicativo y liberador de lo que el sujeto tiene en su mundo interno, de sus pensamientos, ideas, representaciones, experiencias y emociones.

Este carácter liberador de lo emocional resignifica una visión del cuerpo como expresión del ser, de sus sentires, de sus vivires, da otro sentido a lo emocional, le da importancia al reconocer las emociones, poderlas comprender y regular.

Desde el campo educativo toma importancia el hacer consciente el trámite de estas emociones a través de la educación emocional para afrontar las necesidades que el me-

dio nos presenta y para esto se necesita “el desarrollo de competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar” (Bisquerra, 2003, p.8) que a través de prácticas como las deportivas se fortalece. Además, a través de estas, también se posibilita el mejoramiento de aspectos como la salud, el desarrollo motriz y cognitivo, su aporte es mucho más amplio, pues se convierte en potenciador de dinámicas expresivas no verbales para la comunicación y exteriorización de sus emociones, lo que da como resultado un mejor trámite de estas para mejorar el entorno socio-cultural donde se desenvuelve. Es así como:

Reconocer la dimensión simbólica del cuerpo en la educación es comprender que él anuncia las formas de experiencia con el mundo y con sí mismo, de esta manera, el lenguaje poético del cuerpo es sentido, sensación, afección, percepción, pasión, voluntad y deseo y puede afirmarse que el cuerpo es el lugar de la irrupción del acontecer (Gómez, Gallo, Pianella, 2018, p.18).

Referencias

- Arboleda, R. (1997). Cuerpo y pedagogía. *Educación Física y Deporte*, 19(2), 83-9.
- Barbero, J. (2005). La escolarización del cuerpo: reflexiones en torno a la levedad de los valores del capital «cuerpo» en educación física. *Revista Iberoamericana de Educación*, (39), 25-51. <https://doi.org/10.35362/rie390803>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.
- Castillo, E. & Rebollo González, J. (2009). Expresión y comunicación corporal en educación física. *Revista Wanceulen Educación Física. Digital*, (5), 105-122
- Domínguez, P. (2004). Intervención educativa para el desarrollo emocional. *Faisca, Revista de altas capacidades*, (11), 47-66.
- Elías, N. & Dunnig, E. (1992). Deporte y ocio en el proceso de civilización. Fondo de Cultura Económica. España.
- Foucault, M (2002). Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión. Siglo XXI Editores Argentina.
- Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Editorial Kairós.
- Gómez, A. (2015). Análisis de las variables emocionales en una intervención didáctica de expresión corporal con alumnado de educación primaria. Tesis doctoral. Facultad de ciencias de la Educación, Universidad de Málaga. Málaga
- Gómez, S, Gallo, L, Pianella, J. (2018). Una educación poética del cuerpo o de lenguajes estético pedagógicos. *Arte, Individuo y Sociedad* 30(1), 179-194.
- Le Breton, P. (2002) *Sociología del cuerpo*. 1 edición, Buenos Aires, Argentina.
- Martínez, A (2004). La construcción social del cuerpo en las sociedades. Departamento de Sociología y Ciencia Política. Universidad de A Coruña. Coruña, p.127-152, papper 73
- Ministerio de Educación Nacional. (1994). Ley 0115 de febrero 8 de 1994, por medio de la cual se establece la Ley General de Educación. Consultado el 11 de marzo de 2020 <http://www.mineducacion.gov.co/1621/article-85906.html>.

- Periódico El Expreso. (2020). Uno de cada tres niños en Colombia es víctima de bullying. Sección Hoy que. NIT: 901244720-0. Consultado el :01-11-2020
- Rendon, M, Cuadros, O. (2016). La inteligencia social y la inteligencia emocional como teorías antecedentes para comprender el concepto de competencia socioemocional. Las competencias socioemocionales en el contexto escolar. Medellín, Editorial universidad de Antioquia.
- Rittner, V. (2010). Cuerpo, salud, deporte y estilo de vida como puntos de referencia del desarrollo social. *Educación Física y Deporte*, 17(1), 63-77.
- Runge, A. K. (s.f.a). Educación, formación y pedagogía: una mirada antropológico - pedagógica e histórica problematizadora. Documento de trabajo. Facultad de Educación. Universidad de Antioquia. Medellín.
- Runge, A. K. (s.f.b). El planteamiento teórico-estructural de Werner Helsper: cultura escolar y antinomias del actuar pedagógico. Documento de trabajo. Facultad de Educación. Universidad de Antioquia. Medellín.
- Sabater, V. (2017). Antonio Damasio, el neurólogo de las emociones. *La mente es maravillosa*. Consultado el 5 de Noviembre de 2020 <https://lamenteesmaravillosa.com/antonio-damasio-el-neurologo-de-las-emociones/>
- UNESCO (2015). Replantear la educación. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Franc
-