

**“INCIDENCIA DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN LA CONVIVENCIA Y
PARTICIPACIÓN DE LA POBLACIÓN ADULTO MAYOR DE LA CÁRCEL LA
MODELO DE BOGOTÁ”**

Estudiante:

Raúl Rodríguez Rodríguez

Director:

Alejandro Villanueva Bustos

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA
LICENCIATURA EN DEPORTE
BOGOTÁ D.C.**

2020

TABLA DE CONTENIDO

1.	Capítulo I	1
1.1.	Introducción	1
1.2.	Marco referencial	3
1.2.1.	Antecedentes	3
1.2.2.	Planteamiento del problema.....	12
1.2.2.1.	Pregunta Problema	14
1.2.3.	Objetivos	14
1.2.3.1.	Objetivo general.....	14
1.2.3.1.1.	Objetivos específicos	14
1.2.4.	Justificación	15
2.	Capítulo II	16
2.1.	Marco teórico	16
2.1.1.	Deporte.....	16
2.1.1.1.	Deporte social	17
2.1.2.	Pedagogía.....	18
2.1.2.1.	Pedagogía social.....	18
2.1.3.	La Convivencia	19
2.1.3.1.	La comunicación.....	26
2.1.3.2.	La diversidad.....	29
2.1.3.3.	La metacognición.....	31
2.1.4.	La Participación	33
2.1.5.	Adulto mayor	37
2.1.6.	Cárcel	39
2.1.6.1.	Evolución de las cárceles	39
2.1.6.2.	Estado de las cárceles.....	44
2.1.7.	Prácticas deportivas	51
2.1.7.1.	Actividad física	51
2.1.7.2.	Prácticas deportivas a implementar	52
2.1.7.2.1.	Cachibol o Newcomball.....	53
2.1.7.2.2.	El Baloncolí, el deporte por la paz.....	53
2.1.7.2.3.	Boccia	55
2.1.7.2.4.	Tenis de mesa.....	57

3.	Capítulo III.....	58
3.1.	Marco Legal y Jurídico	58
3.1.1.	La UNESCO	58
3.1.2.	Constitución Política de Colombia	65
3.1.2.1.	Leyes y artículos	65
3.1.2.1.1.	Ley 181 de 1995.....	66
3.1.2.1.2.	Ley 115/95 Ley General de Educación Título III, Capítulo V	66
3.1.2.1.3.	Ley 65/93 Título VIII, Educación Y Enseñanza.....	66
3.1.2.1.4.	Artículo 97. Redención de Pena por Estudio	67
3.1.2.1.5.	Artículo 98. Redención de la Pena por Enseñanza	67
3.1.2.1.6.	Artículo 99. Redención de la Pena por Actividades Literarias, Deportivas, Artísticas y en Comités de Internos.....	67
3.1.2.1.7.	Acuerdo 0011 de 1995.....	68
3.1.2.1.8.	Artículo 45. Participación de los Reclusos en Actividades Externas.	68
3.1.2.1.9.	Ley 115 de 1994.....	68
3.1.2.1.10.	Ley estatutaria 1757 de 2015	69
3.1.2.1.11.	Julio 06 de 2015	69
3.1.3.	INPEC	73
3.1.3.1.	Modelo pedagógico del INPEC	73
4.	Capitulo IV.....	76
4.1.	Marco metodológico	76
4.1.1.	Paradigma de la investigación	76
4.1.2.	Enfoque de estudio.....	77
4.1.3.	Modelo de investigación.....	77
4.1.4.	Técnica de investigación.....	77
4.1.4.1.	Instrumentos.....	78
4.1.4.2.	Modelo de sesión	78
4.1.4.3.	Análisis de la información	81
4.1.4.4.	Etapas de desarrollo de las prácticas.....	81
4.1.4.4.1.	Diseño de la propuesta de trabajo	82
4.1.4.4.2.	Ajustes de la propuesta de trabajo	82
4.1.4.4.3.	Implementación de la propuesta de trabajo	82

4.1.4.4.4.	Retroalimentación de la propuesta de trabajo.....	83
5.	Capítulo V.....	83
5.1.	Análisis de la información.....	83
5.1.1.	Triangulación de la información.....	83
5.1.2.	La Convivencia.....	84
5.1.2.1.	La comunicación.....	84
5.1.2.2.	La metacognición.....	84
5.1.2.3.	La diversidad.....	85
5.1.3.	La Participación.....	85
5.1.3.1.	La participación interactiva.....	85
5.1.3.2.	La participación pasiva.....	86
5.1.4.	La Alegría (felicidad).....	87
5.1.5.	La Cooperación y el Compañerismo.....	87
5.1.6.	La Motivación.....	88
5.1.7.	La Autoeficacia.....	88
5.1.8.	Interpretación de las informaciones.....	88
5.1.8.1.	La Convivencia.....	88
5.1.8.1.1.	La Comunicación.....	89
5.1.8.1.2.	La Metacognición.....	92
5.1.8.1.3.	La Diversidad.....	93
5.1.8.2.	La participación.....	95
5.1.8.2.1.	La Participación Interactiva.....	95
5.1.8.2.2.	La Participación Pasiva.....	97
5.1.8.3.	La Alegría (felicidad).....	99
5.1.8.4.	La Cooperación y el Compañerismo.....	100
5.1.8.5.	La Motivación.....	100
5.1.8.6.	La Autoeficacia.....	101
6.	Capítulo VI.....	102
6.1.	Conclusiones.....	102
7.	Capítulo VII.....	105
7.1.	Recomendaciones y Reflexiones.....	105
7.2.	Lista de referencias.....	107
7.2.1.	Bibliografía.....	107
7.3.	Anexos.....	112

7.3.1.	Anexo 1. Propuesta para Acacías.....	112
7.3.2.	Anexo 2. Matriz de antecedentes	114
7.3.3.	Anexo 3. Propuesta La Modelo	145
7.3.4.	Anexo 4. Diarios de campo.....	149
7.3.5.	Anexo 5. Sesiones de práctica.	175
7.3.6.	Anexo 6. Clasificación de las informaciones.....	189
7.3.7.	Anexo 7. Convocatoria La Modelo.....	202
7.3.8.	Anexo 8. Fotografías.....	202
7.3.8.1.	Torneo de Tenis de Mesa Juegos Penitenciarios. Fuente: INPEC.....	202
7.3.8.2.	Taller de globoflexia. Fuente: INPEC	203
7.3.9.	Anexo 9. Artículo.....	203

TABLA DE ABREVIATURAS

INPEC: Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario

UNESCO: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

UPN: Universidad Pedagógica Nacional

PPL: Personas Privadas de la Libertad

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Cantidad de artículos en bases de datos.....	10
Tabla 2 Cantidad de trabajos de grado en repositorios.....	11

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Escalera de participación	35
Ilustración 2. Cualidades físicas básicas para promover la salud en adultos y/o personas mayores	38
Ilustración 3. Baloncolí, deporte por la paz.	55
Ilustración 4. Puntuación Boccia	57
Ilustración 5. Modelo de sesión	80

INDICE DE FIGURA

Figura 1 Categorías. Fuente: Elaboración propia	19
---	----

Agradecimientos

Primero que todo quiero agradecerle a Dios por ayudarme en todo momento con los recursos y las personas que ha colocado en mi camino y que de muchas maneras han contribuido en este proceso formativo: y a mi madre Carmen Delia Rodríguez Morales por apoyarme siempre de manera incondicional, por brindarme su amor y por guiarme con sus valiosos consejos para tomar las mejores decisiones de vida.

1. Capítulo

1.1. Introducción

Este trabajo de grado se desarrolló dentro del marco del énfasis social de la licenciatura en deporte, facultad de educación física de la Universidad Pedagógica Nacional, para obtener el título de Licenciado en deporte, aquí se realizó un reconocimiento de la situación de encierro y una contextualización de las condiciones en que viven las Personas Privadas de la Libertad, así como de algunas de las características de la población adulto mayor a través de la revisión documental de trabajos de grado y artículos referentes a temáticas como cárcel y/o penitenciarías, adulto mayor, deportes, convivencia y participación, de las cuales se obtiene un referente próximo a la situación actual de las cárceles a nivel distrital y nacional, posteriormente se realizó una propuesta para realizar las prácticas deportivas en la cárcel la cual se construyó teniendo en cuenta las características de la población adulto mayor, los materiales con que se contaba, los espacios y tiempos disponibles, y las disposiciones carcelarias, luego se realizó el ajuste de la propuesta, posteriormente se implementó la propuesta realizando las prácticas deportivas, se hicieron algunas entrevistas no estructuradas, se realizó una triangulación de la información para el análisis de los datos, relacionando la información recopilada en los diarios de campo: en las entrevistas no estructuradas realizadas: y en el marco teórico; se utilizó el enfoque hermenéutico para la interpretación de las informaciones recopiladas y por último se realizaron las conclusiones y recomendaciones de esta investigación.

La idea de realizar un trabajo con población carcelaria o penitenciaria surgió gracias al primer acercamiento que tuve con esta población en la salida de campo a la Penitenciaría de Acacías (Meta) como parte del espacio académico Praxis II- deporte social, en la cual había gran expectativa por parte de muchos compañeros que al igual que yo nunca habíamos ingresado a una prisión, sobre cómo sería el trato con los internos, sobre nuestra seguridad y acerca de la aceptación o rechazo que fuésemos a recibir por ser personas externas a la población penitenciaria. Al momento de realizar las prácticas, estas recibieron gran aceptación y fueron desarrolladas con mucho gusto y agrado por parte de

los internos, quienes quedaron muy agradecidos con nosotros y nos decían que ojala pudiéramos ir más frecuentemente, que no los olvidáramos. La experiencia que me quedó y el impacto que recibí al volver de la salida fueron totalmente positivos, pude cambiar algunos imaginarios que tenía sobre la penitenciaría como que podría estar en riesgo mi seguridad, o que el material se podría perder, o que la población fuera irrespetuosa con nosotros, pero ninguna de estas situaciones se presentó, incluso cuando participé activamente de las actividades como del partido de fútbol o del juego de quemados.

Al iniciar el espacio académico Énfasis Social nivel I, sabiendo de antemano que una de las posibles poblaciones a trabajar era la carcelaria y penitenciaria, le empiezo a dar forma a la idea de realizar la investigación en la cárcel La modelo, siendo esta población reconocida como una población olvidada por las personas pero muy diferente en campo a como se es imaginada por la sociedad con respecto a las distintas manifestaciones de violencias permanentes, y que viven con escasas oportunidades de prácticas deportivas ya sea con fines recreativos, competitivos o sociales, así, se ha formado un imaginario hacia la población privada de la libertad sobre lo peligrosos que pueden llegar a ser, sin darles una nueva oportunidad de vida en el sentido que lo expresan (Alzate, R; Durán, V; Martínez, S, 2016) quienes identifican la estigmatización que recae sobre algunos grupos poblacionales.

Durante el desarrollo del espacio Énfasis Social nivel I se me da la oportunidad de asistir de nuevo a la salida de campo a la Penitenciaría de Acacias, siendo para mí una oportunidad para llevar una propuesta más clara de las actividades que se querían realizar y para unas poblaciones específicas, siempre estando a la expectativa de que la guardia nos permitiera trabajar con las poblaciones deseadas. Las poblaciones escogidas para trabajar en esta salida fueron las de tercera edad, en condición de discapacidad y LGBT (Lesbianas, Gays, Bisexuales y Transexuales) porque se creía que si la población general no tenía prácticas deportivas periódicas mucho menos las podrían tener personas con alguna discapacidad, con avanzada edad, o que fueran discriminadas por su orientación sexual, así que la propuesta fue desarrollada para estas poblaciones con prácticas

deportivas que se ajustaran a sus necesidades como se muestra en la Propuesta para Acacias (**ver anexo 1. Propuesta para Acacias**).

A esta idea le empiezo a dar forma cuando me doy cuenta que la población de tercera edad y las personas en condición de discapacidad de Acacias nos manifiestan su agrado ante las actividades realizadas y nos dicen de nuevo que ojala se realizarán este tipo de actividades con más frecuencia, al terminar la práctica se les realizaron las dos preguntas establecidas en la propuesta para todos en general, en la primera nos contaron que el fútbol era lo más practicado pero ellos no podían correr que salían al patio a caminar y para tomar el sol, y en la segunda nos dijeron “tiernamente” que no sabían que actividades les gustaría que lleváramos, que nosotros éramos los que sabíamos que hacer.

1.2. Marco referencial

1.2.1. Antecedentes

Para abordar el tema de esta investigación se realizó una revisión documental en los repositorios de universidades que tienen programas relacionados con deporte como la Universidad Manuela Beltrán, Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales UDCA, Universidad de Cundinamarca, Universidad Santo Tomas, Fundación Universitaria del Área Andina, Universidad Minuto de Dios y Universidad Pedagógica Nacional y en las bases de datos Dialnet, Redalyc, Bizcaia, Eprints, SLD, Madrid, Rediris, Planamads y Scielo que han permitido identificar los artículos y trabajos de grado que se han realizado con poblaciones carcelarias o penitenciarias, para conocer que deportes o actividades deportivas se han orientado en esas instituciones, si alguno de ellos ha trabajado con la población adulto mayor, y si es así, desde que enfoque han sido abordadas esas prácticas.

Después de la revisión de los trabajos de grado de la licenciatura en deporte “Caracterización del deporte en el establecimiento carcelario La Modelo, desde la perspectiva de los funcionarios” realizado por Lorena Alexandra Camacho Urrego, “Deportes no convencionales para la convivencia y participación en centros

penitenciarios y carcelarios” realizado por Carlos Eduardo Neira Pedraza, Carlos Enrique Ospina Areiza y Johan Styd Rodríguez Moreno, “La práctica de deportes nuevos como estrategia para la construcción de escenarios de convivencia en la Institución Penitenciaria La Picota de Bogotá” realizado por Erika María Cáceres Páez y Liliana Andrea Naranjo Sarmiento y “Prácticas deportivas con personas pertenecientes a los grupos excepcionales de la cárcel La Modelo de Bogotá, como aporte al proceso de inclusión, participación y convivencia” elaborado por Sonia Ramírez y Juraidy Díaz se encontró que en las penitenciarías y cárceles de Bogotá no se desarrollan prácticas deportivas con regularidad que permitan contribuir significativamente en la convivencia y participación de las Personas Privadas de la Libertad, por condiciones climáticas como lluvia, por protocolos penitenciarios como el conteo de los internos cuya actividad tiene mayor prelación sobre las prácticas deportivas, o por la no constante interacción con entidades que por sus estudios disciplinares puedan ayudar en algunas situaciones y/o problemáticas penitenciarias, entre otras.

Como algunas de las Personas Privadas de la Libertad no han sido condenadas sino que están sindicadas, son trasladadas a otras cárceles o a otros patios, estas situaciones propician que las actividades que se realicen no tengan cierta regularidad para ellos, o que no se llegue a dar un proceso constante, además no todas las actividades deportivas son del interés personal de los internos, y la práctica de estas actividades no permite redimir tiempo en la prisión, como sí lo permiten las actividades de estudio y capacitaciones en los talleres educativos.

Cuando las prácticas deportivas se realizan son orientadas en la mayoría de ocasiones por el mismo personal de la guardia que es escaso, otras veces internos con conocimientos en educación física o deporte colaboran con la organización de los grupos para las actividades y con su ejecución. Por lo general las prácticas deportivas no tienen otra finalidad que cambiar del ambiente de encierro a un ambiente exterior en canchas de fútbol, microfútbol, baloncesto y voleibol, o en salones para la práctica de deportes como ajedrez o tenis de mesa y para realizar manualidades, que ayudan a liberar de las

tenciones generadas por la cotidianidad del encierro penitenciario. Algunas de estas prácticas se desarrollan bajo las dinámicas que se han consolidado en el deporte moderno con los componentes físicos, intelectuales e institucionalizados, y con el factor competitivo como lo describe (García, M, 1990) sobre el deporte.

Las prácticas deportivas realizadas por los estudiantes de los trabajos mencionados han sido orientadas desde un enfoque social y educativo, el cual no solo permite que las prácticas en sí desarrollen una afectación motriz en la población sino que intentan afectar ciertas dinámicas de convivencia como la resolución de conflictos de manera no violenta o las formas de interacción como el respeto que tienen los internos con las personas que se relacionan de una u otra manera: compañeros, funcionarios, guardas, visitas, etc.

Para ello se encontró una propuesta educativa innovadora para La Penitenciaría La Picota que a través de dos “Deportes Nuevos”, denominados así por (Cáceres, E; Naranjo, L, 2016), que por su “perspectiva netamente social... permiten trabajar problemas de convivencia o que hayan sido diseñados para este tipo de trabajo”; se generaron espacios de interacción para construir procesos de convivencia y se evaluaron los efectos obtenidos gracias a la implementación de estos “Deportes Nuevos”. (p. 23). Esta propuesta pretendió que la participación fuera un factor determinante para el desarrollo de las actividades, pues en el caso del Baloncolí, el balón debe ser pasado a todos los participantes para hacer válida una anotación, en esta actividad los mismos integrantes de cada equipo juzgan sus actuaciones evitando de esta manera la figura reglamentada del árbitro, autorregulando sus acciones y su emotividad para no hacerle daño a ninguna persona. El buscar obtener más tarjetas verdes en vez de anotaciones en el caso del Baloncolí permite que se creen estrategias grupales e interacciones que quizá en sus patios no se lleguen a dar, de igual manera cuando los internos de varios patios son sacados al mismo tiempo a las actividades se genera la posibilidad de relacionarse con personas que nunca o muy pocas veces han interactuado.

En el trabajo “La práctica de deportes nuevos...” se encuentra una propuesta dónde a través del Golombiao se generaron situaciones que permiten que las personas interactúen de manera consciente para resaltar el principio de convivencia que escogieron antes de dar inicio al encuentro, además, promueve la participación de los integrantes de cada equipo haciendo que se intercalen hombres y mujeres al momento de anotar un gol, en el caso de la población de la cárcel La Modelo que es masculina, se propondrá en las actividades que cada integrante del equipo anote un gol antes de que el primero que anotó lo vuelva a realizar, “en esta práctica deportiva, no hay árbitros, hay asesores de juego, los cuales tienen como función dar sugerencias sobre los procesos de convivencia que se llevan a cabo” como lo describen (Cáceres, E; Naranjo, L, 2016), para los “deportes nuevos” que se implementaron, estos se adecuaron según las intencionalidades, los materiales y espacios con que se contaba, modificando las dinámicas deportivas penitenciarias que se realizaban en cuanto a las actividades deportivas que por lo general eran fútbol o microfútbol y que se llevaban a cabo sin mayor reflexión sobre las interacciones que se daban en esas prácticas sino mayormente como esparcimiento. (p. 26).

Con ayuda de las entrevistas realizadas a las Personas Privadas de la Libertad en los diferentes trabajos revisados, se recolectó información sobre sus percepciones acerca del impacto que han tenido las actividades deportivas realizadas en cuanto a pertinencia, frecuencia, gustos, convivencia y participación, y posibles problemáticas en las que éstas pudieran afectar.

El trabajo de grado “Caracterización del deporte...” realiza un acercamiento hacia los funcionarios para poder conocer más de cerca las actividades deportivas que se realizan en la cárcel desde su experiencia, pues estos no habían sido tenidos en cuenta como principales actores de promoción y ejecución de las actividades, ni del conocimiento que tienen de las problemáticas de los internos por la constante interacción que mantienen con ellos, así, se pueden reconocer las actividades deportivas más practicadas, sus finalidades, la frecuencia con que se realizan, y se contribuye con la primer fase del proyecto

“Modelo pedagógico del deporte para población penitenciaria y carcelaria del INPEC en Bogotá”. (Camacho, L, 2015)

En el trabajo sobre “Deportes no convencionales...” se encuentra una propuesta pedagógica que busca incidir tanto en la convivencia de los internos como en la participación para hacer un acercamiento a uno de los objetivos del modelo pedagógico del INPEC que es la resocialización, así, desde cinco deportes no convencionales se crean unas dinámicas de aprendizaje, consensos, interacción y reflexión en cuanto a las normas de cada deporte y en cuanto a las posibilidades de desarrollar nuevas formas de relacionarse con sus compañeros. (Neira, C; Ospina, C; Rodríguez, J, 2015)

En el trabajo sobre “Prácticas deportivas... con grupos excepcionales” de Sonia y Juraidy, se abordan temáticas como inclusión, convivencia y participación en la cárcel, dónde se ven reflejadas las influencias de algunas prácticas deportivas o deportes adaptados a las poblaciones Adulto Mayor y Discapacidad, pero mostrando como las Personas Privadas de la Libertad identifican una discontinuidad en los procesos, pues cada graduando termina su intervención y no hay certeza de que otro grupo retome el trabajo con estas poblaciones. Esta percepción se obtuvo al realizarles entrevistas a las Personas Privadas de la Libertad, que aunque reconocen que pueden sentirse libres y alejados de la realidad carcelaria por unos momentos, al volver a la cotidianidad de su encierro extrañan con ansias este tipo de prácticas, es así como se ha contribuido en el proceso de inclusión que se realiza en las cárceles al tener estos grupos excepcionales en prioridad (Díaz, J; Ramirez, S, 2017), a pesar de que los mismos internos muchas veces encasillan a sus compañeros y los estigmatizan según la falta que hayan cometido, y no quieren estar en el mismo espacio con los abusadores sexuales o con los homicidas por colocar dos ejemplos.

En la tesis de grado de Cindy Hoyos (2017) “Efectos de la actividad física en la disminución del estrés en los reclusos de la cárcel de Zipaquirá” de la Universidad Manuela Beltrán, se muestra un proceso donde a través de un programa de actividad

física se logra incidir en la disminución del estrés de la población interna, estas informaciones se lograron obtener gracias al Perfil de Estrés de Nowack, cuestionario psicológico donde se plantean 15 preguntas sobre: los niveles de estrés, la salud, el bienestar, la alimentación, el acompañamiento familiar y otros componentes del diario vivir de los internos, este cuestionario se les realizó a 15 internos que fueron escogidos como muestra homogénea, con algunos factores de inclusión y exclusión como la edad, las patologías, el aval del director del penal, y que reclusos pertenecieran a la población de mínima seguridad.

Además de la disminución del estrés como resultado de la implementación del programa diseñado, se obtuvieron beneficios secundarios que el programa de actividad física logró como: “la disminución de enfermedades, de violencia y depresión, además de la figura de la práctica del deporte como un transformador social, así aportando a la resocialización de los individuos privados de libertad” (Hoyos, C, 2017) (p.12).

En Málaga, España se realizó un estudio para hallar la relación entre la actividad física y la autoeficacia en personas de la tercera edad, quienes realizaron actividad física aeróbica, ésta se realizó entre 3 y 4 veces por semana con una intensidad moderada por un tiempo de una hora por cada práctica, mostrando los participantes de la investigación mayor grado de autoeficacia frente a personas que realizaban actividad física con menor o mayor frecuencia.

Aplicando el instrumento Escala de Autoeficacia General (EAG, 1995), se encontró que los que realizaron las prácticas con las características mencionadas presentaron mejor percepción de autoeficacia general frente a los que realizaban actividad física por más o menos días, la autoeficacia “se concibe como los juicios que posee cada individuo según sus competencias” como lo mencionan Reigal. y Videra. (2013) citados por (Bandura, 1977, 1982, 1986). (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012)

El bienestar psicológico ha sido uno de los aspectos objeto de estudio por el equilibrio necesario tanto de la mente como del aspecto social, para poder afrontarlos adecuadamente ya que la sociedad rechaza a los adultos mayores; la satisfacción de la vida al lograr realizar actividades difíciles o que se han dejado de hacer como bailar, correr o andar que fueron algunas de las actividades realizadas en el estudio mencionado.

Los hombres obtuvieron mejores resultados que las mujeres en el grupo de las mismas edades, las edades del grupo oscilaban entre 65 y 85 años, pero al comparar grupos de distintas edades en agrupaciones de a 5 años no se encontraron diferencias significativas como en el grupo de 65 a 69 años en hombres, frente al grupo de 70 a 74 años en mujeres.

En la revisión documental se encontró el artículo “Motivación al deporte en adultos y personas mayores que practican Cachibol” de Estrada, Santana, Ulloa, Rodríguez, Viver, y González donde se muestran los resultados de un estudio en un grupo de adultos y personas mayores que practicaron Cachibol para ver los factores de motivación que los llevaban a iniciar, mantener o dejar esta actividad deportiva, se encontró que la salud fue el principal factor de motivación a iniciar y mantener la práctica de esta actividad, y el principal factor de dejación de las prácticas fueron las posibles lesiones a adquirir durante las mismas. (Cabrera, J; Colunga, C; García, J; Jáuregui, E; Reynaga, P; Viver, G, 2017). Sobre esta práctica se encontraron dos teorías sobre su origen, una dice que se creó en China, siendo llevada a México en 1986 y que su nombre en inglés es derivado de la posibilidad de coger o atrapar “catch” el balón (ball) con las manos, Cach-ball, y la otra teoría plantea que fue creado en Estados Unidos por la profesora Clara Baer en el año de 1895 en el “Sophie Newcomb College” de Nueva Orleans como derivación del Voleibol, y su surgimiento se da gracias a la posibilidad de incluir cualquier número de jugadores en la cancha y su fácil adaptación a espacios y momentos, esta teoría dice que su nombre se debe gracias a la unión del nombre de esta escuela “Newcomb” con la unión de la palabra balón en inglés “ball”, Newcomb-ball.

De esta manera se puede observar que los trabajos realizados han abordado problemáticas sociales, las cuales se han intervenido desde la realización de la caracterización del deporte en los centros penitenciarios hasta las propuestas pedagógicas con prácticas deportivas nuevas, deportes no convencionales ya actividad física para tratar de afectar aspectos sociales como la convivencia, la participación, el estrés y la inclusión de las Personas Privadas de la Libertad.

Se han tenido en cuenta las perspectivas tanto de los internos como de los funcionarios para recolectar de esa manera información más precisa acerca de las actividades deportivas realizadas, y de las relaciones que se dan cuando estas actividades se llevan a cabo, identificando situaciones que se prestan para problemas, e identificando también que en ocasiones no se resuelven de una manera dialogada sino recurriendo a la violencia verbal y física.

Tras la revisión documental realizada se escogieron 48 artículos de bases de datos (*ver Tabla 1. Cantidad de artículos en bases de datos*) y 5 trabajos de grado de repositorios (*ver Tabla 2. Cantidad de trabajos de grado en repositorios*), se encontró un trabajo que realizó sus prácticas con población de adulto mayor y personas en condición de discapacidad en la cárcel, además se encontró que en cada proyecto se realizó la caracterización de la población que se iba a trabajar como medida inicial de conocimiento de las generalidades de la misma y de las situaciones que en su día a día se presentan; informaciones obtenidas gracias tanto a la revisión documental como a la interacción directa con las poblaciones mencionadas (**para conocer las temáticas de los artículos ver anexo 2. Matriz de antecedentes,**).

Tabla 1

Cantidad de artículos en bases de datos.

Fuente: Elaboración Propia

NOMBRE DE LA BASE DE DATOS:	NÚMERO DE ARTÍCULOS REVISADOS:
DIALNET	18
REDALYC	20
BIZCAIA	2
EPRINTS	1
SLD	1
MADRID	2
REDIRIS	1
SCIELO	2
PLANAMASD	1
TOTAL	48

Tabla 2

Cantidad de trabajos de grado en repositorios.

Fuente: Elaboración Propia

NOMBRE DEL REPOSITORIO:	NÚMERO DE TRABAJOS DE GRADO REVISADOS
--------------------------------	--

UNIVERSIDAD BELTRAN	MANUELA	1
UNIVERSIDAD NACIONAL	PEDAGÓGICA	4
TOTAL		5

De los trabajos de grado revisados 4 tratan temáticas como tercera edad, adulto mayor, persona mayor, envejecimiento, vulnerabilidad, actividad física, ejercicio físico y deportes entre otros, pero solo el de “...grupos excepcionales” trabaja con todas ellas de manera conjunta agregando la categoría de personas en condición de discapacidad la cual fue incluida a la investigación por petición de los profesionales del INPEC que así lo solicitaron en su momento, los otros cuatro trabajos de grado y demás artículos revisados manejan estas categorías de manera individual y en algunos casos conjunta pero no unen más de tres categorías como actividad física o deporte, penitenciaria y tercera edad en una sola, estos trabajos de grado y artículos contribuyeron para realizar la caracterización de la población desde el punto de vista teórico conociendo las condiciones sociales y biológicas que se dan con el envejecimiento y las recomendaciones para realizar actividad física y deporte en la tercera edad y desde las experiencias vividas por los internos, reconociendo que cada persona puede tener características particulares que la diferencian de las demás, esta información constituye parte del soporte teórico y nos sirvió como guía para la escogencia y desarrollo de las prácticas que se propusieron y realizaron.

1.2.2. Planteamiento del problema

En las instalaciones penitenciarias y carcelarias se encuentra una población privada de la libertad por haber cometido alguna infracción ante los códigos legales del territorio colombiano o por estar sindicada de alguna falta legal. En estas instalaciones se encuentran poblaciones de adultos (población general) y adultos mayores, que deben

cumplir con ciertas normatividades y permanencia para poder así algún día culminar la sanción impuesta por el estado. (Neira, C; Ospina, C; Rodríguez, J, 2015). Estas instituciones intentan brindar a las Personas Privadas de la Libertad unas condiciones de vida aceptables, con prácticas deportivas y/o recreativas, alimentos, educación, trato y materiales que les permitan tener un desarrollo multidimensional para propiciar su resocialización y ejercerla al momento de recuperar su libertad pero desde la misma estadía en la penitenciaría o cárcel. Las actividades deportivas que se realizan en las cárceles no siempre satisfacen a la población con respecto a sus propios intereses, puesto que anterior al encierro no realizaban actividades deportivas o realizaban otras prácticas para su esparcimiento, además en la mayoría de ocasiones se presentan condiciones de hacinamiento, no se cuenta con suficiente talento humano para la vigilancia, traslado y orientación de las prácticas deportivas, que terminan limitando la generación de espacios para la convivencia y la participación entre la comunidad. (Neira, C; Ospina, C; Rodríguez, J, 2015).

Según Cáceres y Naranjo (2016), en las penitenciarías se presentan situaciones de convivencia que dificultan la interacción y participación en las actividades que brindan las instituciones, generando en algunos casos conductas agresivas que pueden afectar la integridad de algún individuo. Además de lo expuesto, las Personas Privadas de la Libertad usualmente poseen gran tiempo libre pero no tienen la manera de aprovecharlo por cuestiones de desconocimiento de las actividades, que en parte, contribuyen con el aislamiento de los compañeros de patio, evitando así de alguna manera los conflictos, pero acentuando la exclusión que se les da en estas instituciones.

Por otra parte ese tiempo libre les puede llevar a pensar en su futuro y a estresarlos y tensionarlos aún más sino encuentran una perspectiva favorable, que puede aumentar las tensiones generadas por la situación de encierro, así, las prácticas deportivas pueden contribuir a disminuir los niveles de tensión y en ayudar al desahogo o resolución de esas tensiones como lo expresa (Elias, N; Dunning, E, 2015)

Es por ello que se pretende a partir de prácticas deportivas trabajar con la población adulto mayor, pues esta población se caracteriza por sus escasas o nulas prácticas deportivas constantes que puedan contribuir en su desarrollo social, ayudando a transformar el medio como lo expresa (Gallego, J, 2009), para lograr esas transformaciones se debe tener en cuenta tanto las esencias de las practicas escogidas como las formas de aprendizajes de la población (Badillo, R; Miranda, R, 1998), aportando además a su calidad de vida, con el propósito de generar una incidencia en la convivencia y participación en un territorio con pocas oportunidades de prácticas deportivas. (Cáceres, E; Naranjo, L, 2016)

1.2.2.1. *Pregunta Problema*

¿Cómo inciden las prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá?

1.2.3. *Objetivos*

1.2.3.1. *Objetivo general*

Identificar como inciden las prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá.

1.2.3.1.1. *Objetivos específicos*

- Realizar una propuesta deportiva para la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá donde se evidencien la convivencia y participación.
- Implementar la propuesta deportiva realizada para la población de adultos mayores de la cárcel La Modelo de Bogotá.
- Recopilar las experiencias en los diarios de campo sobre las manifestaciones de convivencia y participación observadas en las prácticas deportivas realizadas.

1.2.4. Justificación

Desde la revisión bibliográfica que se realizó en las bases de datos y repositorios mencionados con referencia a las prácticas deportivas, al deporte o la actividad física en la población adulto mayor, y a la convivencia y participación presentes en las penitenciarías, se ha identificado que hay "ausencia" concerniente al trabajo con las personas adultas mayores, esto nos lleva a pensar que además de ser una población vulnerable por factores etarios y de encierro, ésta debería contar con prácticas deportivas periódicas que les permitan mantener o mejorar su calidad de vida, permitiendo deducir que estas temáticas no se estudian constantemente en ambientes de privación de la libertad.

La vulnerabilidad de la población penitenciaria hace que sus necesidades convivenciales sean de prioridad, puesto que en ocasiones los individuos presentan conductas agresivas que pueden causar daño a personas cercanas o a sí mismos, es así, como ellos quieren tener actividades deportivas buscando salir de su realidad, aunque en ocasiones están condicionados por “los limitados espacios y por las escasas oportunidades de interacción, que son características propias de los centros penitenciarios”. (Buceta, M; Lopez, L, 2015)

Para la Licenciatura en Deporte este proyecto es importante porque contribuye con el desarrollo de la línea del Deporte Social la cual hace parte de uno de los tres énfasis del programa, promoviendo de esta manera la investigación para la construcción del conocimiento académico desde un campo poco explorado pero de primordial importancia, ya que aborda problemáticas sociales como convivencia, democracia, participación y resignificación que se desarrollan no solo al realizar prácticas deportivas sino en el día a día de las Personas Privadas de la Libertad. De esta manera se podrán crear antecedentes para propuestas posteriores e investigaciones del énfasis de acuerdo a las problemáticas que se identifiquen en contextos determinados, así, las prácticas que se

propondrán buscarán la transformación de las dinámicas anteriormente mencionadas en línea con los objetivos del INPEC como aporte de la Licenciatura a esta institución y a las Personas Privadas de la Libertad, afectando en un primer momento a los internos pero repercutiendo desde el trato con la guardia, hasta sus familias y con el resto de las personas, es decir con la sociedad.

Para el licenciado en deporte este proyecto es importante porque le permite aproximarse y conocer la investigación cualitativa, conocer la perspectiva de la pedagogía y el deporte social; cómo se han desarrollado las prácticas deportivas sociales, que finalidades tienen, cómo interactuar con la población en un contexto diferente al deportivo-competitivo, y que problemáticas se pueden identificar en una población determinada, para de esta manera contribuir en la transformación social y abordar así, algunas de sus problemáticas a través de prácticas deportivas, realizando propuestas pedagógicas y aprovechando las oportunidades de interacción que se le brindan en las diferentes penitenciarías y cárceles como convenios interinstitucionales.

2. Capítulo II

2.1. Marco teórico

2.1.1. Deporte

El deporte es una actividad socio cultural y un término polisémico que se ha venido transformando desde su aparición a mediados del siglo XVIII en épocas de la industrialización en Inglaterra hasta los tiempos actuales con diferentes evoluciones conceptuales y enfoques para su aplicación en cada contexto determinado, así, si bien se puede comprender como una actividad de preponderancia física, en épocas como la actual ciertas prácticas no consideradas deportivas como los DUNT (Deportes Urbanos y Nuevas Tendencias) y como los E-sports (Deportes Electrónicos) han luchado por ser consideradas como deportes y tener un lugar en los Juegos Olímpicos que son el mayor

anhelo de cada deportista no solo por poder llegar a esas justas sino por obtener la medalla dorada como reconocimiento a una larga labor de constancia y disciplina.

2.1.1.1. *Deporte social*

El deporte social se diferencia del deporte moderno en su enfoque, ya que su finalidad no es conseguir los mejores resultados deportivos, ni mejorar las técnicas deportivas como logro mayor, sino lograr construir comunidad, a través de la creación de espacios de diálogo, de acuerdos, de pluralidad, de reconocimiento y de respeto, donde se promueve que los sujetos puedan ver el mundo de otras formas, buscando una participación más permanente y activa, en ese escenario se pueden realizar competencias y mejorar técnicamente pero no es el principal objetivo del enfoque de este tipo de deporte como lo expone (Duarte, R, 2011), y además se pretende contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas (Arboleda, R; Gutiérrez, J, 2004)

El deporte moderno se construye en un sistema axiológico que pasó de ser un sistema de poderes a ser un sistema de control del individuo, en donde la productividad y el éxito eran los grandes objetivos en los siglos XVIII y XIX, luego en el ámbito político de sistemas autoritarios en Italia para la formación física de la población y fue utilizado como propaganda en la Alemania de 1929 para mostrar la fortaleza de ese país ante el mundo. En la Declaración Universal de los Derechos Humanos se da una transformación a ese tipo de sistema de valores y se promueve valorar y transformar la convivencia, la paz, la libertad y la justicia y se invita a una mayor participación por parte de la población.

Para el caso de este proyecto se considera pertinente el enfoque del deporte social comunitario porque al crearsen los espacios de interacción a través de las prácticas deportivas se están promoviendo mecanismos de comunicación como el diálogo y el consenso, y de participación como el trabajo en equipo, la cooperación y el compañerismo en torno a incidir en la convivencia y participación, y contribuyendo en la resocialización que se busca lograr con las Personas Privadas de la Libertad

2.1.2. Pedagogía

La pedagogía entendida etimológicamente como la guía que se les brinda a los niños en el proceso educativo, esta no se queda solo allí, sino que se ocupa en su mayoría de los procesos educativos con cualquier tipo de población sin importar su edad, es decir, desde la crianza del niño hasta la gobernación del hombre que quiere aprender (Córdoba, K; Espino, C; Quintero, A, 2013); la pedagogía también es comprendida como la ciencia que se encarga de estudiar a la educación y a los procesos de enseñanza-aprendizaje; por ello se plantea esta propuesta realizando los ajustes pertinentes de acuerdo a las características de la población Adulto Mayor.

2.1.2.1. Pedagogía social

Su época moderna se dio entre los siglos XVIII y XIX, aunque se tiene referenciada desde el siglo XIX. Su definición es polisémica y se ha construido progresivamente, en Alemania se transformó gracias a la necesidad de una nueva pedagogía y surge el concepto de “ayuda” social y educativa para el mejoramiento de la sociedad.

En el caso de las necesidades específicas de la población carcelaria están la convivencia y participación donde por las mismas condiciones de encierro se crean tensiones en su cotidianidad, por ello, a través de la pedagogía social se buscan generar espacios donde a través de la enseñanza de varias técnicas deportivas se logre no solo cambiar de ambiente y de mentalidad, sino lograr alguna afectación en cuanto a convivencia y participación.

A continuación se describirán los ejes temáticos que se definieron como las categorías estructurales del proyecto (*ver Figura 1. Categorías*), estas se eligieron en el transcurso del desarrollo de la idea inicial, y permitirán realizar una aproximación a sus diferentes definiciones y concepciones. Posteriormente se les dará un enfoque específico que sea pertinente a las necesidades de la población y que se oriente hacia el deporte social dentro

de las posibilidades que están al alcance del futuro licenciado en deporte como temas relacionales, participación, convivencia e integración, y se explicarán algunas sub-categorías que las conforman.



Figura 1 Categorías.

Fuente: Elaboración propia

2.1.3. La Convivencia

La sociedad está viviendo un aumento en la oferta de productos y servicios, por las múltiples facilidades de adquisición como las virtuales, gracias a estas dinámicas se ha disminuido la asociatividad y se ha agrietado el sentido comunitario, la continua modernización está generando sociedades sin referentes éticos universales, dificultando la integración participativa, propiciando una convivencia disociada, frustrante y agresiva, debilitando las redes de participación y alejándolas de la posibilidad de identificar

problemáticas comunes. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005)

Es en este momento donde el pensar reflexivo toma un papel crucial y debe ser tomado en dos sentidos: los juicios de razonabilidad que se orientan hacia los valores, las formas de vivir y hacia a lo que es bueno o malo para el hombre; y la racionalidad que está orientada más hacia fines productivos como lo plantean (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.2).

En ese sentido Habermas (1984) citado por (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) se expresa refiriéndose a lo "técnico" como "lo que se orienta hacia el control o dominio de la realidad y ordena constantes tales como el rendimiento en el trabajo, las tácticas y las estrategias", y que en cambio lo "práctico" se orienta "a establecer y ampliar la comprensión entre los sujetos y ordena constantes tales como la sujeción a normas en la vida social y familiar, la convivencia democrática y la educación, entre otras" (p.2)

Los enfoques educativos de la actualidad contienen objetivos dicotómicos y resistentes a la integración, tal como también se dan en la problemática de la convivencia, esta es fruto de pedirle a la sociedad alta eficiencia y productividad, es decir de tener alto desempeño en el orden de lo instrumental, ya que se valora mucho más la capacidad productiva que las formas de relacionarse con las demás personas. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005)

La sociedad está en la necesidad de propiciar nuevos modelos de práctica pedagógica centrados en la convivencia y la diversidad, como una respuesta de valor, con un sentido formativo y transformador de sociedades, a través de la búsqueda participativa y deliberada de nuevos sentidos para la convivencia humana que a fin de cuentas "volverán a dignificar a las personas, posibilitando el desarrollo de competencias básicas para vivir la asociatividad, para manejar y asumir el conflicto, para lograr adecuados niveles de

empoderamiento y de emancipación”... como lo expresan (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p. 3)

La convivencia se divide etimológicamente en dos partes, Con: establecer una relación con alguien, entre individuos, al menos dos personas, amistad u hostilidad, pluralidad y complementariedad, y vivencia: tener vida o existir; trata sobre la experiencia vivida o al modo de vivir, a las experiencias particulares de los individuos que los caracterizan, a los modos de vida positivos o negativos según nuestra escala de valores, y a las metas de nuestra comunidad.

La convivencia nos permite realizar un acercamiento hacia la paz social y hacia la solidaridad humana.

Desde una concepción cultural podemos estudiarla como un enfoque conflictual de los procesos sociales.

Las tensiones en la vida en común se presentan porque cada persona tiene diferentes formas de pensar, las fisuras son en parte negativas por crear esas tensiones y en parte positivas por permitir que se cree la pluralidad en la convivencia, por ello se dan en entornos sociales, el conflicto es inevitable por los intereses individuales y comunes para alcanzar objetivos y metas. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

Las diferencias se pueden entender cuando se comprende la pluralidad, allí se entrelazan diferentes experiencias, perspectivas y objetivos, la comunidad se construye con esas multiplicidades al acogerlas o tratar de unificar sus metas, asimilando las diferencias y manifestando sus convicciones: todo esto ayuda a construir la convivencia. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

La convivencia también se puede entender como un conjunto de experiencias armónicas o no que define las relaciones de los grupos en los que se ejerce, llama al reconocimiento del otro y a la diversidad cultural. No existe armonía donde no se reconoce la diversidad, por ende no habría buena convivencia, “la armonía social y su fortalecimiento dependen de la creación en una sociedad de las formas de convivencia como alternativas de resistencia crítica y propuesta de integración” como lo expresan (Batubenge, Barragán, Margalli, & Muñoz, 2014) (p.2)

La convivencia se compone de: relaciones favorables, de conflictos, de armonía, de discusión fraternal, de relaciones interpersonales que traspasen la individualidad, de solidaridad entre las comunidades, de espacios como la mesa donde se comparten los alimentos, de conflicto y reconciliación en las relaciones interpersonales, de unidad, de mediación entre individuos, de símbolos culturales que atraen la armonía, los símbolos además sirven para visibilizar realidades abstractas, mentales y/o morales de la sociedad (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

La convivencia entendida como la no agresión, el respeto por la soberanía y la independencia nacional en la década de 1980, en épocas de la guerra fría entre Estados Unidos y la Unión Soviética nos da un contexto para entender sus primeros usos en materia de diplomacia internacional atribuyéndole una altísima responsabilidad al Estado.

En la actualidad esas características de convivencia no se ajustan para lograr construir los estados y naciones que los gobiernos proponen en sus planes de desarrollo, pues estos pretenden que haya una mayor relación entre los pueblos y que las personas reconozcan a los demás como iguales en el sentido de no discriminar a nadie por sus creencias religiosas, tendencias políticas, preferencias sexuales, características físicas y por ningún otro factor que lleve a la exclusión o estigmatización, atendiendo a las crecientes manifestaciones de diversidad que se están dando a nivel mundial. (Berns, J; Fitzduff, M, 2007)

En el año 2002, la Oxfam Gran Bretaña (Comité de Oxford de Ayuda contra el Hambre) definió la Convivencia como “el reconocimiento mutuo de la condición y los derechos del otro como ser humano, el desarrollo de una perspectiva justa e inclusiva para el futuro de cada comunidad”. (Berns, J; Fitzduff, M, 2007) (p. 1).

En otro sentido la convivencia es un cambio de la reducción y dominación del hombre, se expresa o manifiesta bajo la convivencialidad como un opuesto a la producción industrial, esta se crea gracias las relaciones entre las personas, donde se busca sustituir el valor técnico por el valor ético, es decir la productividad por la convivencialidad, llegando a dotar a la ciencia y la industria con una eficacia humana.

El problema de la convivencia se relaciona con la necesidad de contar con una pedagogía coherente, que permita mediar, tanto en asumir los requerimientos en eficiencia, como en la formación en valores, si no, no podremos asumir que existen problemas sociales, culturales, políticos y económicos y seremos una sociedad productiva y reproductora pero no habrán pautas para generar un cambio social. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

“Lo importante no es mantenerse vivo, sino mantenerse humano” George Orwell.

La cultura que nos han impartido no se ha dado solo por el cambio generacional sino también por la réplica de culturas como las de Inglaterra y Francia y con el modelo económico de la industrialización, que haciendo una breve observación nos permite explicar en parte porqué América Latina cuenta con altos índices de inequidad y exclusión, así, se puede entender porque se mide el desarrollo humano en la capacidad productiva y adquisitiva, en tanto se han replicado los modelos productivos Europeos, la calidad de vida de nuestra población es medida por la capacidad de producción y el consumo del país, pero además hemos actuado como receptores de cultura y nos hemos invalidado como posibles generadores de la misma.

Las iniciativas provenientes de los ciudadanos, de las cumbres locales, los temas medioambientales, la participación ciudadana, la ciudadanía cultural, son propuestas en la búsqueda de la reivindicación de la diversidad propia, “de la reconstrucción social y de desarrollo humano” como lo expresa (Barba, B, 2005)

Toda educación nace de una cultura y como consecuencia es resultado de la misma, así que de la relación existente entre educación y cultura se fortalecerán o debilitarán los modos de convivir.

Los temas de convivencia tienen que ver con la comunicación para la expresión de ideas y para la construcción de acuerdos, la acción comunicativa debe ser un compromiso, teniendo en cuenta también la intencionalidad de lo que se discute. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

Las personas han desarrollado las competencias comunicativas sin reflexionarlas más allá de que sirven para transmitir un mensaje, pero al comprender los alcances de las mismas se pueden crear acuerdos con argumentación válida y crítica, reconociendo a la vez que existen argumentos de mayor y menor validez y que serán tenidos en cuenta según los objetivos a alcanzar, permitiendo el entendimiento en el ámbito social.

La convivencia posibilita la construcción de personas críticas, creativas, reflexivas y capaces de contribuir con el desafío de transformación de la sociedad, es un fin pedagógico en cuanto que promueve en las personas la capacidad de pensamiento autónomo que se hace cargo de las complejidades, conflictos y contradicciones de la experiencia de vida, una institución que la promueve es “privilegiada para aprender a convivir y convivir para aprender, puesto que, en suma, se convive para vivir” como lo expresan (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.148) quienes también reconocen en cierta medida que la vida es a la vez producir y convivir, y como lo manifiesta (Mora, G, 2001) donde un nuevo objetivo pedagógico es el aprender a vivir.

La escuela es la principal institución educativa, esta posee los roles de reproductor y transformador social, por ello esa dicotomía genera tensiones entre la adaptación, socialización y tradición, y la transformación e innovación, para enfrentar y resolver las problemáticas sociales como permitir el desarrollo personal posibilitando en ambos casos la democracia y poniendo en evidencia el tipo de convivencia que se vivencia. (Sivila, E, 2004).

La convivencia humana es posible gracias a un proceso de comunicación en el que los actores aprenden a superar los quiebres y además restituyen el sentido de la convivencia.

El conflicto es parte de la realidad social, es necesario abordarlo y asumirlo para alcanzar los fines formativos que la educación tiene.

La tensión que se produce entre productividad y convivencia, entre las racionalidades instrumental y valórica, genera desafíos que corresponden a dos modos de estar en el mundo, a dos formas de leer la realidad que hemos de integrar y de asumir responsablemente.

La convivencia involucra procesos múltiples que se articulan y suceden de forma continua, también se presentan incertidumbres, indeterminaciones, cambios de enfoque e intereses. Los seres humanos estamos muy lejos de ser máquinas fácilmente predecibles en muchas situaciones gracias a la evolución constante que tenemos y a las diversas opciones del entorno, aunque algunas se consideren negativas, esto obliga a realizar un esfuerzo de comprensión profunda de los procesos de convivencia, más allá de fórmulas o esquemas relativamente estables. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.8).

El mayor reto para la convivencia es “asumir la formación moral del sujeto a partir de una fundamentación de la moral de orden intersubjetivo y dialógico, para potenciar la

formación de sujetos críticos, activos”... y comprometidos con “la construcción de una comunidad democrática y plural” como lo plantean (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.13)

En ese sentido la convivencia en un primer momento se ubicaría hacia el lugar de la tolerancia por el tiempo que requiere para comprender las diferentes formas de ver el mundo sin una asimilación clara de esas otras perspectivas en un tiempo específico, pero con la interacción entre las personas se puede llegar al reconocimiento del otro como alguien con mis mismos derechos en el mundo, al que reconozco y no desprecio como a mí no me gustaría que me despreciaran, manifestándose de esa manera el respeto; para el caso de las Personas Privadas de la Libertad llegar a reconocer a sus compañeros como personas que también cometieron errores y que por eso están habitando su mismo lugar, con los que pueden construir comunidad y desarrollar varias de sus dimensiones personales para no acentuar los efectos del aislamiento social estando en la cárcel, ni del envejecimiento.

2.1.3.1. *La comunicación*

La comunicación es una condición verbal y gestual...y una forma de expresión necesaria e indispensable para la existencia del hombre, este aspecto tiene un gran significado en cualquier actividad humana y es un resultado de la necesidad del hombre de asociarse y cooperar mutuamente. Estas relaciones no solo se dan entre hombres sino que se dan entre todos los elementos de la naturaleza y el hombre según Engels (1975) citado por Jiménez (2004), la comunicación ha servido para desarrollar la conciencia, contribuyendo a la evolución de las relaciones sociales que hacen que aparezcan formas más complejas de relaciones entre los hombres, lo que exige por tanto un nivel cada vez mayor de la comunicación entre estos. (Sivila, E, 2004)

Tanto las relaciones sociales interpersonales como grupales se materializan en la comunicación, lo que ha permitido la cooperación e interacción entre distintas

comunidades, el intercambio de ideas, puntos de vista, la manifestación de inconformidades y convergencias.

Predvechni y Sherkovin (2012) citados por Jiménez (2004) plantean que la comunicación es “la forma que tienen las personas de interrelacionarse en el proceso de su actividad”. (Sivila, E, 2004). Por su parte Hiebsch y Vorweg (1987) citados por Jiménez (2004) afirman que “la comunicación es una relación específica en la cual sus elementos se influyen recíprocamente por medio de signos o sistema de signos, en el sentido de que cada uno de ellos (emisor) es capaz de cambiar el estado del otro (receptor)” (Sivila, E, 2004) (p.12).

Se debe analizar el carácter activo entre los sujetos que intervienen en el proceso comunicativo, en el que se produce un constante intercambio de información, lo que implica la importancia de que ésta no sólo sea recibida, sino entendida y comprendida; esto indica la necesidad de tener en cuenta los objetivos, motivos y actividades de los participantes en dicha comunicación para posibilitar la construcción del conocimiento a partir de las actividades que se desarrollen, así se va desarrollando la comunicación a la vez que se apropian los conocimientos, lo que posibilita el diálogo entre cada uno de los participantes del acto comunicativo.

La comunicación educativa según (Sivila, E, 2004) está orientada hacia el desarrollo de la capacidad perceptiva y valorativa de los participantes en el proceso pedagógico, ésta se caracteriza por un lenguaje coherente, persuasivo y personalizado que transcurre a través del diálogo, el respeto y la influencia recíproca en que cada sujeto implicado hace su aporte al proceso comunicativo. Este tipo de comunicación tiene grandes potencialidades formativas y desarrolladoras en la personalidad de los educandos y debe caracterizarse por:

- “Incidir positivamente en la atmósfera psicológica de los grupos sociales”

- “Lograr la dinámica participativa y creativa, tanto entre los estudiantes, profesores como en el grupo de cada uno de ellos”
- “Contribuir al desarrollo de la autoestima del educando y educador, propiciando el intercambio comunicativo, seguridad emocional, enriquecimiento de sus intereses en correspondencia con las normas sociales establecidas”
- “Propiciar el desarrollo de la capacidad reflexiva y orientación de su esfera motivacional”
- “Contribuir al desarrollo de la capacidad consciente y volitiva de las personas que les permita asumir decisiones, elaborar estrategias y organizar la comunicación con el otro”. (Sivila, E, 2004)

La acción comunicativa enfocada a la acción social, permite la resolución de conflictos y el subsanamiento de las mismas deficiencias en comunicación, que pueden ser bloqueos a la construcción de espacios de conversación dificultando acceder al trasfondo de las problemáticas existentes. Este es un obstáculo de la convivencia en función de los fines explícitos, surgiendo la distorsión comunicativa como un indicador de un vacío de proyecto de integración social.

La comunicación según Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz (2004) (p.7) permite distinguir:

- Una mirada profunda, “donde se articularían la visión y los objetivos”.
- La distorsión comunicativa, donde está el diagnóstico actual.
- El estado actual del el estado deseado, mediante la comunicación poniendo en acción esta competencia para tratar la dimensión de trasfondo. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005)

“De este modo, los complejos problemas de convivencia en las instituciones educacionales encontrarían un curso de acción con fundamento comunicacional”. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p, 143).

La comunicación entendida como una de las formas que tienen las Personas Privadas de la Libertad para relacionarse con los demás permitirá ver cómo se desarrolla su convivencia en momentos específicos como en las prácticas deportivas, donde el hablar con el compañero es necesario para llegar a realizar ciertas tareas pero además será una pequeña muestra de cómo se desarrolla su diálogo y convivencia en la cotidianidad.

2.1.3.2. La diversidad

La diversidad son las múltiples expresiones culturales en los modos de ser, de convivir, de pensar y de hacer de las sociedades, esta debe ser entendida y valorada como un fundamento mayor para la convivencia, toda vez que es contraria a la marginación, a la segregación, a la homogenización, a la discriminación y a la intolerancia, actitudes que obstaculizan o alteran la convivencia humana. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p. 10).

La UNESCO expresa en su Declaración Universal Sobre la Diversidad Cultural (2003) que:

“la diversidad es tanto un derecho como una necesidad”. Se trata, según Bonfil Batalla (1990), de: “Reconocer la existencia de una multitud de culturas concretas, forjadas por historias particulares, que presentan una gran diferencia entre sí... que reclaman su legitimidad y su derecho a un futuro propio”. (p.8).

Cuando la diversidad es disociada se refiere a una sociedad desintegrada, donde hay coexistencia de diversos grupos e intereses sociales, culturales, políticos, religiosos y otros como en cualquier sociedad, pero no hay integración ni reconocimiento, sino una coexistencia regida por la desconfianza, la inseguridad y el temor” (Aristegui, R; Bazán,

D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005), así es muy difícil vivenciar la confianza y la amistad, el reconocimiento y el afecto, factores que crean el tejido social; la imagen de pertenencia es poco creíble, y el *nosotros* real tiende a desaparecer.

Según Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz (2004) algunos factores socioculturales del desarrollo y cómo se correlacionan con la convivencia son:

- “La confianza en la sociedad, donde se puede estabilizar la economía y la política. A falta de confianza la gente busca resguardarse bajo el pleitismo. Cuando existe alta confianza hacia los poderes públicos, se puede creer que la democracia es legítima.”
- “La capacidad de asociatividad genera formas de cooperación que van desde la buena vecindad hasta los acuerdos nacionales entre las principales fuerzas políticas y sociales”.
- “La conciencia cívica que corresponde con una mejor disposición al interés público, como en el pago de impuestos, por ende disminuyen los índices de criminalidad y pobreza, y se promueve un mayor desarrollo humano”.
- “La vivencia de los valores éticos en la sociedad, desde el no aprovechamiento de oportunidades de lucro en los servicios de salud y educación, hasta valores de largo plazo pro-crecimiento compartido.” (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.13)

Estos factores de talento humano determinan las características de la convivencia y muestran la cultura humana, gracias al desarrollo de ellos las expectativas de vida aumentan por el clima de confianza y calidad de la misma convivencia; por el contrario una sociedad que consolida la desigualdad, destruye la confianza y la sociabilidad, con lo que se reduce la esperanza de vida.

El desarrollo humano más el enfoque de talento humano y cultural nos hacen cuestionarnos sobre el sentido de hablar sobre los propósitos de construir comunidades

tanto en las instituciones como en las naciones, por ello cuando la asociatividad y la confianza están debilitadas se evidencian las carencias a enfrentar en cuanto a la convivencia, por el contrario cuando están fortalecidas se generan discusiones y acuerdos y los temas de convivencia se pueden resolver. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

La diversidad se empieza a manifestar cuando las personas dejan de juzgar a los demás por ser diferentes a ellos, comienzan a reflexionar sobre estas situaciones particulares y pueden darse un espacio para comprenderlas, es un proceso que fundamenta a la convivencia y que permite su construcción de manera más rica gracias a las múltiples formas de ser de cada persona.

2.1.3.3. *La metacognición*

“Meta es un prefijo griego que denota la idea de traslación, desplazamiento o compañía y se entiende como más allá de..., después de..., por sobre de... teniendo como núcleo fundamental el autoconocimiento” (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.9), no solo el aprendizaje externo. Pensarse a sí mismo, implica pensar en el mundo, dentro del mundo y con el mundo, si se llega a conocerse y a conocerlo es por resonancia y convivencia en él.

La metacognición nos “permite referirnos y dar cuenta de los procesos de autoconocimiento y autorregulación” (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.9), por eso es necesaria para realizar dinámicas reflexivas y auto-reflexivas que comprometen a los miembros de las comunidades individual y colectivamente.

“Metacognición equivale a un conocimiento acerca del conocimiento, un conocimiento acerca de los procesos de conocer, o un conocimiento acerca del sujeto que conoce” (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.9), todo

acto metacognitivo tiene un sentido auto referente. Esto requiere prestar atención hacia sí mismo, “en donde el sujeto se convierte él mismo y para sí mismo en objeto de conocimiento“, así, “la metacognición se refiere a la capacidad humana que permite evaluar y comprender los procesos que un sujeto realiza para conocer, aprender y resolver problemas, es decir, “para generar conocimiento sobre sus propios procesos y productos de aprendizaje, además de monitorear, controlar y regular su uso”. Metacognición es el conocimiento y control de la propia actividad cognitiva y sus resultados. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.9)

La idea de una metacognición institucional o comunitaria se puede dar cuando una organización completa, actuando como una unidad, desarrolla intencionalmente procesos de autoconocimiento y autorregulación para mejorar sus prácticas. Cuando en forma resuelta se asumen procesos de intercambio cuyo propósito es una mejor comprensión de sus formas de interacción, sus conflictos, problemas, esperanzas y dificultades. Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz. (2004) expresan que la metacognición “empieza a constituirse en saber pedagógico cuando implica un interés de conocimiento basado en la conversación... y en la participación, en cuanto el propósito mayor es hacer posible la convivencia humana a partir de la diversidad” (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.13)

La metacognición permite desarrollar un pensamiento liberador, autorregulado y autoreflexivo, que hace posible en el diálogo la identificación de obstáculos, una comprensión crítica de la realidad social, y la contribución positiva a su transformación y a la construcción de una mejor convivencia humana.

“La metacognición es un requisito para fundar la convivencia en la diversidad en cuanto es un tipo de pensamiento reflexivo, profundo y autocuestionador que implica un gran esfuerzo de revisión del propio pensamiento y sus supuestos epistemológicos e históricos” (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.12), yendo más allá de la aceptación de un conjunto de saberes y valoraciones universales e

incuestionadas provenientes de culturas dominantes, que si bien destaca (Lutz, B, 2008) “la importancia de las palabras en las culturas orales de la Antigüedad” (p.2) no permiten el desarrollo propio como sociedad y como creadores de nuevas formas culturales.

La metacognición es una capacidad y un proceso que involucra aspectos tanto personales como del entorno social, sobre los procesos cognitivos, emocionales, actitudinales e interpersonales, conociendo los alcances y limitaciones de su potencial, las reacciones emocionales, las actitudes y las respuestas a la influencia social, “como consecuencia de este autoconocimiento, es de esperar distintos grados de autodomínio y autorregulación de la propia conducta” (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p. 10).

Este proceso no será tan evidente en cada sesión, pues no existe el hábito en las Personas Privadas de la Libertad de reflexionar acerca de las prácticas deportivas según los trabajos de grado revisados, por ende se podrá evidenciar más a fondo el avance de la metacognición al realizar las entrevistas semiestructuradas donde nos podrán mencionar aspectos del proceso mismo y de los resultados que identifiquen.

“La escuela y sus actores, como parte de este sistema social, también han empezado a vivir el conjunto de tensiones y contradicciones del actual escenario social, político y educativo” (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.13).

Todo esfuerzo por optimizar los procesos de convivencia requiere el desarrollo simultáneo de procesos de autoconocimiento, tanto personales como grupales.

2.1.4. La Participación

La palabra participación proviene del latín “*participatio* y *parte capere* que significa tomar parte”, a través de ésta se comparten decisiones con los demás que tienen que ver con nuestros intereses y con los de nuestra sociedad. La mirada desde los derechos

humanos tiene dos sentidos sobre participación, la primera como el derecho de intervenir en la toma de decisiones y la segunda como una actividad privilegiada para el desarrollo humano; reconociendo la capacidad que cada persona tiene, sus valores para poder tomar decisiones, y permitiendo desarrollar sus potencialidades individuales en y para la sociedad. (Instituto Interamericano del niño, la niña y adolescentes. OEA, 2004)

La participación es una necesidad humana no material que consiste en poder tomar parte en las decisiones que afectan la vida cotidiana como en la salud, educación y trabajo entre otras, “por ende es un derecho” como lo señala Bordenave (1982) citado por (Barrientos, M, 2005) (p.1).

Robirosa y otros (1990) mencionan que la participación permite la autovaloración, promueve la capacidad reflexiva, el desarrollo, la conciencia y la libertad, permite entrar activamente en una distribución, “pertenecer a algo (sentido de pertenencia), tener parte en algo (la cooperación), y tomar parte (la pertinencia)”, también la definen como un proceso social, un ejercicio permanente de derechos y responsabilidades que varía según las funciones y capacidades de cada persona. (Barrientos, M, 2005)

Hay niveles de participación de acuerdo al número de personas, estos niveles son: el poder conocer la información, la posibilidad de crear objetivos, de planificar actividades o de asistir a las mismas. Los tres niveles se dan por el grado de compromiso que se tiene:

1er nivel: La información o comunicación entre los actores: conocen aspectos de los que se van a tratar y que ya se decidieron.

2º nivel: La opinión: se pueden tener en cuenta sugerencias, propuestas y planificaciones.

3er nivel: La toma de decisiones: además de estar muy bien informado pueden hacer elecciones y delegación de funciones, autonomías, prioridades, toma de decisiones,

acciones y evaluaciones, esto puede generar resistencias o inconformidades pues no todo el mundo puede hacer parte de las elecciones.

Según el grado de participación las personas mostrarán mayor interés y compromiso, podrá ser más pertinente la toma de decisiones si las personas son cercanas y conocen las problemáticas, tendrán mayor conocimiento y mejores competencias, tomarán direcciones pertinentes a la solución de problemas y consecución de objetivos.

Barriga (s.f.) citado por Barrientos (2005) manifiesta que la participación no debería medirse por los objetivos alcanzados sino por el poder realizarse en sí misma. (Barrientos, M, 2005).

Geilfus (2000) presenta un modelo de participación (ver ilustración 5. Escalera de participación) en el cual se inicia como beneficiario hasta llegar al auto-desarrollo pasando de la casi pasividad total al control de su desarrollo según el grado de decisión que se tenga en el proceso. (Barrientos, M, 2005).

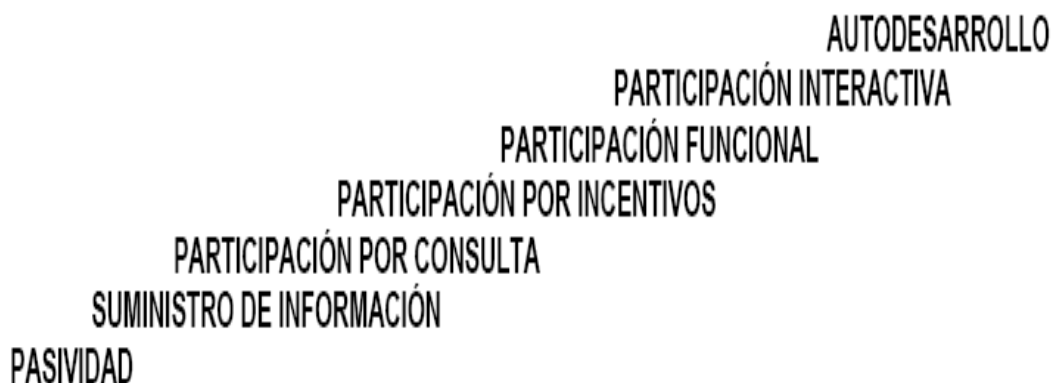


Ilustración 1 Escalera de participación
 Tomada de: Geilfus (2000) citado por Barrientos (2005)

Las personas tienen diferentes maneras de hacerse partícipes, estas formas están determinadas por su profesión, el grupo social, las aficiones y demás actividades y

espacios donde se han desarrollado los individuos, independientemente del nivel que cada individuo tenga; Robirosa y otros (1990) citados por Barrientos (2005) plantean que la participación “es un proceso de desarrollo de la conciencia crítica y de constante construcción, donde se aprende cada día y así mismo se va perfeccionando” (Barrientos, M, 2005) (p.5).

La cantidad de personas involucradas también es un determinante, “ya que a mayor número de participantes menor será la posibilidad de intervención de cada uno de ellos y más difícil será llegar a un consenso” (Barrientos, M, 2005) (p.4).

La participación puede ayudar a resolver conflictos, pero también los genera, esta se ubica entre un sistema de solidaridad y uno de intereses, ya que siempre va a existir una oposición a la estructura de poder por un lado, y a todo aquello que ponga en tela de juicio a las clases dominantes y sus prerrogativas, por el otro.

La participación además es una necesidad social para aprender a convivir, para alcanzar mejores niveles de convivencia y de compromiso social, esta es un factor que incita a tener una ciudadanía activa, crítica y solidaria en la vida económica, social y política de las sociedades, este compromiso puede ser entendido como un contrato moral que se dialoga para crear puentes y estimular la participación de las personas, logrando progresivamente su autorregulación en conducta y asumiendo actitudes de empatía. (Barrientos, M, 2005)

Los ideales formativos que representan el conocimiento y la cultura pueden ser objeto de acuerdos sobre intereses generales reconocidos o susceptibles de discusión, esos acuerdos responden a las exigencias concernientes al diálogo, en condiciones de respeto entre los interlocutores, así como al reconocimiento del mejor argumento, si las decisiones son tomadas bajo estas condiciones, las normas adoptadas no tienen un carácter absoluto o definitivo, pero resultan obligantes para los participantes en el

diálogo, quienes cumplirán las normas si las consideran moralmente correctas. (Barrientos, M, 2005)

En el caso de las prácticas deportivas que se realizan en la cárcel, estas actividades no permiten descontar tiempo en la prisión, así se podrá evidenciar acentuadamente la participación voluntaria por motivaciones diferentes a la redención de tiempos, para este tipo de reducción de penas están los talleres de estudio que por cada dos días de estudio les es reducido un día de condena según nos contó un dragoneante de la Penitenciaría de Acacias.

2.1.5. Adulto mayor

Según Ceballos, Álvarez y Medina (2012) hacen referencia a los Adultos Mayores como “personas mayores de 59 años aunque” es de aceptar que “también se les denomina ancianos, viejitos, adultos en plenitud, tercera edad, juventud acumulada y senectud”, de esta manera se identifica la gran variedad de denominaciones que ha habido para esta población y se reconoce que cada una de ellas se ha venido transformando para que su denominación no denigre a la población ni se caiga en el uso peyorativo de la misma. (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012) (p.1)

Alvarado y Salazar (2014) plantean que: “El envejecimiento es un proceso natural que afecta a las personas en aspectos anatómicos y fisiológicos e influye en la globalidad de sus sistemas” (p.3), los cambios a nivel social se presentan por las modificaciones de los órganos sensoriales que son los que permiten la interacción de la persona con el medio exterior. (Alvarado & Salazar, 2014). Algunos de estos cambios son la disminución de la audición y la visión, por ejemplo se disminuye la capacidad de percibir sonidos agudos en comparación con los graves y la visión periférica se disminuye dificultando la capacidad coordinativa. (Gutiérrez, F, 2011)

La siguiente ilustración (**Ilustración 2. Cualidades físicas básicas para promover la salud en adultos y/o personas mayores**) nos muestra la propuesta de Meléndez (2000) citado por Ceballos, Álvarez. y Medina (2012) en cuanto a las cualidades físicas básicas para adultos mayores que lo componen la resistencia cardiorrespiratoria, la fuerza muscular, el mantenimiento de la flexibilidad, la capacidad de desplazamiento (caminar) que también es un factor primordial en la composición corporal, especialmente en el aumento o disminución del porcentaje de tejido adiposo del cuerpo. (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012).

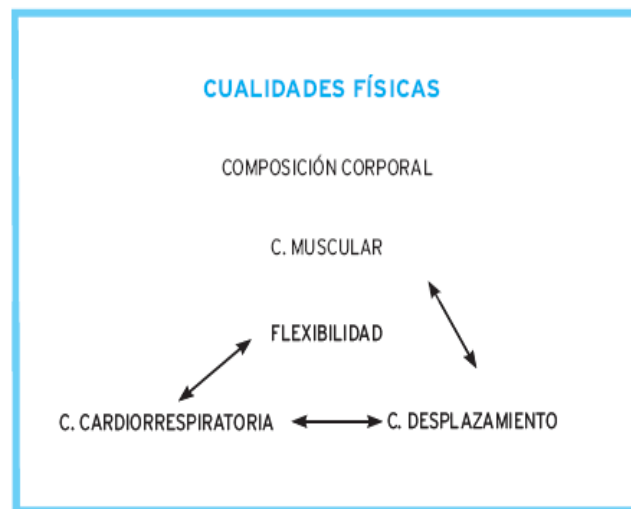


Figura 1-1 Cualidades físicas básicas para promover la salud en adultos y/o personas mayores.

*Ilustración 2. Cualidades físicas básicas para promover la salud en adultos y/o personas mayores
Cuadro tomado de Ceballos, Álvarez y Medina (2012) (p.4)*

La población adulto mayor no es valorada por la sociedad en general ni mucho menos por el sistema económico nacional el cual nos valora según nuestra capacidad productiva, y en muchas ocasiones se realizan convocatorias de trabajo para gente de determinadas edades que no superen los treinta años, mostrando en ese contexto que ni siquiera se hace una valoración del perfil profesional de las personas sino que el tener una determinada edad ya no se es “útil” para unas tareas específicas, en ese sentido en este trabajo se hace un gran reconocimiento a los Adultos Mayores de la cárcel La Modelo de Bogotá los cuales según la revisión documental no cuentan con prácticas deportivas periódicas,

reconociéndolos como seres humanos con características específicas que por las condiciones de encierro y edad se convierten en población doblemente o triplemente vulnerable (factores de encierro, tercera edad y exclusión en la cárcel): población de adulto mayor (olvidada) y población carcelaria (estigmatizada por la sociedad), a la cual no nos corresponde juzgar por sus faltas o acusaciones legales sino aportar a sus vidas desde nuestra profesión y desde nuestra condición como seres humanos.

2.1.6. Cárcel

2.1.6.1. *Evolución de las cárceles*

Las prisiones en la Roma de hace 2000 años se utilizaban para custodiar a los culpables, no en si como un castigo, similar a lo que se cree en la actualidad en cuanto al ser la prisión el lugar para rehabilitarlo, en esa época romana los hombres no eran castigados a ser guardados por años pero con un delito encima no les era posible actuar con libertad en la mazmorra, pero sí podían pasar hasta décadas para ser juzgados por no poder pagar una multa, si se le hallaba culpable sería luego castigado severamente o se le mataría horrendamente, en la actualidad la sociedad reclama por un castigo existiendo así de alguna manera la posibilidad de mantenerse con vida y más aun manteniendo sus derechos como ser humano para ser reeducado y volver a ser acogido en la sociedad, hasta mediados el siglo XIX las penas suscritas eran brutales y bárbaras bajo la premisa taliónica de “ojo por ojo y diente por diente” y los condenados eran considerados menos que bestias y tratados como tal, la tortura se utilizaba para que el criminal confesara y como forma de castigo, los condenados a muerte eran, “crucificados, quemados vivos, lapidados o descuartizados, y devorados por fieras salvajes” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.11).

En el siglo XVIII los condenados por brujería eran quemados en la hoguera, en el siglo XV en Inglaterra, aumentaron la cantidad de crímenes prescritos de 17 en el año 1450 a 350 en 1780, pero la mayoría de estos eran delitos menores y aun así merecían la pena de muerte.

Philippe Pinel (1745-1826) estudiante de medicina y defensor de los derechos de los prisioneros consideraba que habían al menos tres tipos de prisioneros, los que cometían delitos menores, los criminales, y los alienados, considerando a estos últimos como locos y enfermos quienes no necesitaban ser castigados sino comprendidos por la “humanidad doliente” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.13), Pinel proclamó:

“No se puede curar a los hombres sino recurriendo a la razón, a la sensibilidad, a la persuasión; no se debe tratar a los alienados sino mediante un amor de la humanidad suficientemente grande para inspirar el valor de vencer la rutina y el miedo” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.13), él estaba en contra de los malos tratos en las prisiones y de las deplorables condiciones de vida en ellas.

En el mismo sentido César Lombroso (1835-1909) psiquiatra y antropólogo afirmaba que: “el criminal es un enfermo más que un culpable” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.13)

Franz von Liszt (1851-1919) primo del reconocido músico Franz Liszt, fue el más grande aportante de su época en cuanto al Derecho Penal, dio bases para la legislación penal, y cambió las perspectivas de la justicia que solo “adjudicaban la pena como represalia, e introdujo el método de la investigación de las causas del crimen” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.13), dando campo a la indagación no solo desde el punto de vista judicial sino también desde el sociológico, aportando además reformas que constituyen la base del actual Derecho Penal. Liszt abogaba por la sentencia condicional y el perdón, los cuales se lograron introducir unos años después.

Cesare di Beccaria (1738-1790) noble italiano alegaba que “la prevención del crimen era más importante que el castigo... que la pena debía emplearse para alejar al hombre del crimen y no para ejercer venganza social” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.15), también abogaba para que el encarcelamiento reemplazara el castigo físico y que se aboliera la pena de muerte.

John Howard juez inglés (1726-1790) experimentó en carne propia cómo vivían los cautivos en Portugal y cuáles eran las condiciones horribles de las cárceles de su país, iniciando una difusión del tema por el mundo, logrando que se aboliera la multa que les exigían a los prisioneros para darles su salvoconducto y logrando también que a los funcionarios se les diera un sueldo ya que no recibían paga.

Por su parte Jeremías Bentham (1748-1832) filósofo, jurista y reformador social, creó un plan para el tratamiento de los prisioneros en el que pretendía “reformular la moral, preservar la salud, fortalecer la industria y difundir la instrucción” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.15), y realizó los planos del “Panopticon” o la casa de inspección, este sitio estaba construido en forma circular, las celdas se disponían alrededor y en el centro quedaba el lugar de vigilancia, destinando una celda para cada recluso.

Elizabeth Fry trabajó toda su vida por cambiar las condiciones precarias en las que había recaído la prisión de Newgate en Londres que llegó a ser catalogada como “un infierno sobre la tierra” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.16), posteriormente logró reformar las prisiones en muchos países de Europa.

Las condenas entonces variaban del castigo físico al trabajo obligatorio y viceversa con el paso del tiempo, es decir, se volvía a caer en la desidia de las celdas y en los castigos físicos, a los convictos se les dejaba en la celda con una rejilla inalcanzable en lo alto, no había un lugar donde posar el cuerpo para el descanso más que el propio piso, no

podían escuchar a otras personas por la densidad de los muros, tampoco podían ver a nadie, sus alimentos eran colocados a su alcance una vez al día en favor de ese aislamiento absoluto que según las autoridades creían que “la soledad conducía a la meditación y a la penitencia” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.18), de allí el conocido nombre de penitenciaría que se le asignó a las prisiones.

Otras creencias de las autoridades eran que al no tener contacto con otros presos se evitaba que los prisioneros se corrompieran mutuamente y que adquirieran más conocimientos criminales. En la actualidad se puede ver cómo han cambiado las prisiones con menor severidad, acceso a la educación y el deporte, gracias a los avances en criminalística se crea la hipótesis de que una persona no puede heredar las tendencias criminales pero si puede tener en su ADN patrones que lo lleven al crimen, hay factores que pueden ser los desencadenantes para que una persona se incline por la opción criminal como lo son: “la pobreza, el apiñamiento y las condiciones de la vivienda, las malas amistades y otros factores accidentales como la falta de empleo” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.18), por ello la criminalística está en contra de la perspectiva con que se establecen las condenas en los tribunales y jurados, ya que desde la justicia, estas solo son vistas como el merecido que debe soportar el condenado por sus crímenes, vengando a la sociedad.

La “limpieza” como llaman los presos, que se hacía diariamente en las prisiones donde los convictos debían realizar trabajo obligatorio, era la requisita exhaustiva que se les realizaba para retirarles cualquier implemento como “tijeras, navajas, cuchillas de afeitar o cualquier otra cosa que se encontrara en su posesión y que pudiera servirles de arma o instrumento de evasión” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.17), el trabajo consistía en desatar los nudos del correo y luego reparar los sacos que quedaban rotos, y en remendar esteras de fibra.

En la psiquiatría y en la psicología se ve al infractor como un enfermo, más que como un criminal, en las leyes penales no, por eso, a estos primeros les interesa más el sujeto que el acto criminal, los profesionales abogan por una pena más flexible donde se le hagan valoraciones psiquiátricas al prisionero y cuando se considere que no volverá a recaer podrá ser dejado en libertad, incluso cuando haya cometido el delito pero se encuentren elementos que lo presuman de inocente podría quedar en “vigilancia personal, mientras se le da un tratamiento y una orientación” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.18).

Como referencia clave nos dirigimos al Primer Congreso Internacional de Prisiones en 1872 en Londres, donde se declaró que “La finalidad principal de la disciplina de la prisión debería ser la regeneración moral del delincuente; la esperanza debe ser siempre más poderosa que el miedo” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.19), estas normas se expandieron por el mundo gracias a la Comisión Internacional Penal y Penitenciaria (IPPC) siendo aceptadas en varias naciones estas condiciones base del encierro, y los métodos para prevenir el crimen, estas premisas las continuaron las Naciones Unidas, difundiendo la información, realizando congresos en muchas regiones, y escuchando a múltiples profesionales como criminalistas, psicólogos, jueces y sociólogos entre otros construyendo así, posibilidades múltiples para la reeducación de los presos y para la prevención de la “delincuencia juvenil” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.18).

Se inician formas de respuestas a necesidades básicas como la comunicación oral y escrita y más adelante de temas específicos sobre una profesión o sobre temáticas de interés que permiten interactuar de manera más horizontal con los individuos de la sociedad atenuando el déficit educativo que se genera por las condiciones del encierro. La alfabetización como una opción para facilitar las adaptaciones de las Personas Privadas de la Libertad a los constantes cambios de vida y a la información que surge en el día a día.

2.1.6.2. Estado de las cárceles

Las prisiones son imprescindibles en esta época y no se sabe a ciencia cierta hasta cuando lo seguirán siendo, pues cada vez más y más personas son enviadas a estos lugares por cometer delitos o por estar acusadas de los mismos y la sociedad aún sigue considerando que el castigo del encierro es indispensable, pero además consideran que sirve como ejemplo a los demás ciudadanos para abstenerse de hacer, o para que lo piensen mucho mejor antes de cometer un delito, es decir, se enfoca hacia la prevención, no por esta razón el castigo debe atentar contra los derechos inalienables del ser humano, y este debería ser proporcional al perjuicio causado y al grado de culpabilidad del condenado. (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p.4), en las prisiones se generan más problemas sociales, económicos y psicológicos entre otros que los que se pueden ayudar a solucionar, la rehabilitación propuesta ha tenido el efecto contrario al esperado generando frustración y desesperanza en los que acoge, por ello la reinserción social y moral no se puede llevar a cabalidad en las poblaciones carcelarias.

En algunos casos donde los delitos son menores se otorgan “penas sustitutivas de la privación de libertad” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p.4) donde el sancionado hasta puede recibir educación, la idea es acudir a la moralidad que queda en los sujetos para desarrollarla y que puedan volver a sentirse parte de la sociedad y serle útil a la misma, por ello, se busca en las Leyes Penales promover unas condiciones apropiadas para que el individuo pueda reincorporarse a la sociedad recuperando su honorabilidad como ciudadano, lo que implica que la sociedad también haga una reflexión sobre lo sucedido y pueda recibirlo de una manera humana y no como a un delincuente que no merece una oportunidad.

Los contra-reformistas promovieron la idea de que la condena tuviera la posibilidad de irse transformando junto con los cambios que el condenado vaya teniendo en su proceso reeducativo (escribir un libro por ejemplo); con el paso de los siglos se ha quitado progresivamente la crueldad de los castigos, las condiciones físicas y de mentalidad llevan a pensar a un preso que está en las barbaries de la antigüedad, la gente debe parecer fuerte e inquebrantable para no mostrarse vulnerable ante los demás internos, cualquier detalle puede ser tomado como ofensa, una mirada, una palabra o un gesto, “se vive en estado de alerta permanente”, se crea un sentimiento de revancha contra el sistema penitenciario y contra la sociedad.

Algunos cambios que se dieron gracias a las revueltas de 1974 fueron: permiso de radios en las celdas, y en algunas de ellas se incorporaron retretes con agua, pero las arbitrariedades se mantenían, además la condición de ser un reinsertado crea estigmatizaciones en la sociedad, haciendo que las personas procuren no tener relación con los recién liberados, “mientras una sociedad no asigne el lugar que le corresponde a la honradez y al honor, siempre habrán menores delincuentes esperando entre rejas que pasen los días” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p. 8).

Las penas alternativas a la privación de la libertad deben ser tenidas en cuenta por factores como el aumento desmedido de personas con delitos menores, las pocas oportunidades reales de reeducación y reinserción social al interior de las cárceles y las mafias que se ejercen al interior entre muchos despropósitos existentes, y aunque a finales del siglo XVIII se lograron abolir muchas de las penas de castigo físico para dar paso a la privación de la libertad estas instituciones distan mucho de llegar a cumplir los objetivos para los cuales se establecieron, por esta razón la búsqueda de nuevas soluciones a las problemáticas carcelarias son un tema que no se detendrá en mucho tiempo, algunas de las medidas alternas a la privación de la libertad para no sobrellenar las cárceles son: el arresto domiciliario, la semi-libertad que consiste en poder salir el fin

de semana y entre semana permanecer en la cárcel, y la libertad controlada entre otras; el pago de una multa para los que tenían detención domiciliaria era obligatorio hasta que se terminara el tiempo de la condena.

En 1976 el Concejo de Europa recomendó como pena alternativa el trabajo en provecho de la comunidad, este periodo duraba de 40 a 240 horas, durante un periodo entre 12 y 18 meses en actividades como “ayuda a enfermos, ancianos, niños, disminuidos, donación de sangre o de órganos, ayuda en carretera...” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p.12), esta pena se podría aplicar solo para los que habían cometido delitos menores y debía contar con supervisión suficiente.

En ese lapso de retención y encarcelamiento, aunque de algunos de los presos se presume su inocencia, todos son tratados por igual, tanto sindicados como condenados: buscando en los delitos menores una pena alterna como ya se ha mencionado anteriormente, y más adelante con la propuesta del trabajo en las comunidades.

En Suecia los delincuentes podían optar por la vigilancia electrónica a domicilio o el permanecer en la cárcel, pero solo los que contaban con un lugar de residencia podían acceder a este beneficio, además su pena debía ser menor, de entre dos y tres meses de prisión, esta opción favorece la economía de las prisiones, pues el gasto se disminuye considerablemente (aproximadamente en 2/3 menos), otra ventaja es la menor socialización de las dinámicas criminales a las que están expuestos constantemente los presos en las cárceles: también debían cumplir con una cuota económica diaria como compensación criminal a la justicia, en esa época (1994) los que no tenían residencia, teléfono de contacto, trabajo y que su pena fuera menor, no podían acceder a esta opción, la administración penitenciaria colaboraba ayudándoles a buscar alguno de estos medios hasta donde más podían hacerlo.

La pulsera se le colocaba al condenado como una manilla, y un transmisor informaba sobre su ubicación, ellos no podían quitársela, si no perderían ese beneficio, muy pocos presos se atrevían a desobedecer las normas, más que todo los que tienen condenas largas, la pulsera restringe la libertad de los movimientos y aunque les permite ir a trabajar tienen un horario establecido, y deben cumplir con normas como no tomar bebidas alcohólicas, no fumar drogas, no salir a la calle (ni a sacar el bote de la basura) y en cualquier momento están propensos a pruebas de alcoholemia, por ello, algunos prisioneros expresaron que esta medida era peor que la cárcel pues todo el tiempo se sentían vigilados y se sentía una desconfianza permanente del sistema judicial hacia ellos.

La figura de “reparar” a los afectados nace en el siglo XIX, esta es una forma de devolver la confianza en la justicia y de que el infractor también se pueda sentir más tranquilo al reparar a sus víctimas, esta nueva orientación permitió hacer mejores adaptaciones a las características del condenado y no solo sancionarlo por el delito cometido, es decir que tan peligroso era el individuo para la sociedad aplicando el “criterio de diferenciación”, la reeducación estaba pensada para los jóvenes delincuentes hasta 1948 pero en ese año tras la Declaración Universal de Derechos Humanos estas instituciones se humanizaron y su enfoque ya no incluía solo el castigo sino la reinserción social, en los años 70’s la exclusión, el trato inhumano y los daños psicológicos pusieron en duda la eficacia de la supuesta reinserción llevando a huelgas, rebeliones y motines en muchas cárceles, en los 80’s se encuentran dos enfoques, el primero apunta a la obligatoriedad de la cárcel como medida de castigo y el segundo por el contrario propone cuidar el estado de *ser humano* de los presos. (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998)

El hacinamiento ha sido un problema que va en constante aumento, trasladando otras problemáticas a un segundo plano, la reparación a las víctimas también ha estado en la mesa de propuestas para permitir resarcir las afectaciones sufridas y permitirle al culpable redimirse de su propio delito.

Las cárceles han estado en manos del estado pero al ser insuficiente sus posibilidades los privados han ofrecido sus servicios para cubrir las demandas que el estado no alcanza a realizar como edificaciones grandes en tiempos razonables, menos papeleos y demoras administrativas; pero la sociedad se cuestiona si ¿está bien dejarle a una empresa que quiere ganar dinero encargarse de la dignidad humana de las personas?, recordando como en épocas de la industrialización las empresas contrataban a los presos pagándoles muy poco dinero o incluso no pagándoles nada y manteniéndolos en condiciones infrahumanas como mala alimentación y jornadas muy extensas de trabajo, solo se les brindaba la capacitación para que pudieran hacer su trabajo y se les daba los implementos necesarios para desarrollar el mismo, las instituciones penitenciarias recibían su parte económica y allí terminaba su responsabilidad con los presos, por ello no se delegaba esta responsabilidad a los privados más por ser un tema moral sobre la dignidad humana.

En 1986 la Asociación de Abogados de Estados Unidos se pronunció en contra de esta posibilidad y se determinó que esto le correspondía al gobierno; las economías de las cárceles quedan muy mal paradas y cada vez se les realizan recortes presupuestales ya que no alcanzan a conseguir los objetivos planteados de su causa, por ello los que están a favor de la privatización de las cárceles discuten que la pena debe ser pagada así solo se vea como un castigo, y que esta tarea la pueden hacer cumplir las empresas privadas de manera más eficiente, algo que no sería bien visto es que en manos de los privados quedara la asignación de las penas ya que la soberanía del estado se vería resquebrajada.

“Defender los derechos de los detenidos es la base política de toda política penal democrática” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p.23), esta premisa indica cual debería ser la labor del estado, ya que si la sociedad por si misma aplicara su justicia causaría hasta la muerte de algunos individuos, los derechos deben traspasar lo escrito para hacerse tangibles, las penas adjudicadas a los infractores describen un tiempo en privación de libertad y no se habla de tratos inhumanos, ni malas

condiciones sanitarias, ni de abusos por parte de los guardas, es decir que se ha ido creando el imaginario de que así debe ser el trato con los presos por el hecho de haber cometido un delito, ellos siguen siendo ciudadanos con algunas restricciones en sus derechos como la libertad, la votación, la socialización externa y la adquisición de un trabajo entre otras, si un preso no se puede valorar a si mismo difícilmente valorará a la sociedad.

Los Derechos Humanos de las Personas Privadas de la Libertad en sí, no solo los benefician a ellos sino que también se ven reflejados en su trato con la sociedad y en cómo ellos perciben al mundo, “la gran mayoría de reclusos son personas desamparadas, personas sin recursos y sin estudios a los que la sociedad considera repudiables” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p. 24).

Como plantea Amadou Cissé Dia, pintor senegalés citado por (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998): “La reinserción está erizada de obstáculos que sólo los más intrépidos consiguen eludir” (p.30) el mismo contexto penitenciario, los tratos inhumanos, las condiciones insalubres, y la no posibilidad de reencontrar un sentido a la vida son factores que afectan determinadamente la conducta de los internos y que estos no puedan encontrar un lugar en la sociedad, ayudarlos a valorar la libertad los hará menos dispuestos a perderla.

La educación en las prisiones es una forma de darles a los detenidos la oportunidad de obtener conocimientos básicos que más adelante les serán necesarios en la sociedad como el saber leer, escribir o hacer cuentas numéricas para subsistir o para poder seguir capacitándose en un oficio determinado, en algunas cárceles se tiene la opción de acceder a capacitaciones técnicas y profesionales con lo cual una persona que queda en libertad ya podría acceder a un trabajo para ejercer su profesión y así ganar su sustento de vida.

Se atienden algunas de las necesidades y aspiraciones académicas de la población carcelaria, pero no solo las actividades disciplinares deben hacer parte de la oferta de las prisiones sino también deberían existir espacios deportivos, recreativos, religiosos, con psicólogos, integrativos y culturales los cuales se asemejaran a la vida fuera de las rejas, que es uno de los objetivos que se busca, preparar a las Personas Privadas de la Libertad para cuando llegue el momento de recuperar su libertad, por este motivo también se ha pensado en la importancia de educar para la convivencia, para la socialización, para la comunicación oral y escrita, para el traspaso de las barreras culturales que se encuentran no solo afuera de las cárceles sino también en su interior, contribuyendo en la construcción de sujetos más autónomos, críticos e instruidos.

La cárcel es el lugar destinado a recluir a las personas que están sindicadas por haber cometido alguna falta ante los códigos legales del territorio nacional. En la cárcel La Modelo no solo están internas personas sindicadas sino también condenadas, esto debido a la gran cantidad de internos que deben ser llevados a estas instituciones a falta de más sitios de reclusión generando hacinamiento en más de un 50% de la población. (Neira, C; Ospina, C; Rodríguez, J, 2015).

(Páramo, P, 2004) plantea que el lugar no solo es el espacio físico, sino que este se va construyendo a través de las relaciones que se dan entre las personas, gracias a las actividades que se realizan entre ellos, y también acorde a los significados que las personas les den a las actividades que realizan, entre ellas las prácticas deportivas.

“La población penitenciaria se compone de condenados, presos preventivos, retenidos o en custodia por decisión judicial, esperando su juicio, cuya cifra sobrepasa en ocasiones el 50% del total de los retenidos” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p. 12), además de estas poblaciones no debemos olvidar a los inocentes que “por errores en la justicia o por ambiciones políticas se encuentran retenidos”

(Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p.24).

2.1.7. Prácticas deportivas

Las prácticas deportivas son actividades físicas que requieren mayor gasto de energía para realizar movimientos específicos de uno o varios deportes, estas varían del deporte mismo en que no son solo de carácter competitivo sino recreativo e integrativo. (Baena, A; Granero, A; Valle, P, 2011).

Las prácticas deportivas tenidas en cuenta para la propuesta de este proyecto se han escogido por que se encontraron en la revisión documental, siendo algunas de estas prácticas ajustadas a las características de las poblaciones de los adultos mayores; quienes han disminuido sus capacidades coordinativas y perceptivas por el paso de los años, así, por ejemplo el Cachibol o el Kin ball son prácticas adaptadas del voleibol que permiten la interacción directa de los participantes a un ritmo moderado para así también evitar posibles accidentes (Cabrera, J; Colunga, C; García, J; Jáuregui, E; Reynaga, P; Viver, G, 2017); la orientación de las prácticas si bien tiene un componente técnico, prima el poder desarrollarse en sí, con componentes como el diálogo, el intercambio de apreciaciones, la ayuda de los compañeros y la resolución de los conflictos e inconvenientes que surjan.

2.1.7.1. Actividad física

La actividad física es entendida como el aumento del gasto energético generado por la contracción muscular, que resulta en un movimiento corporal, y el ejercicio es entendido como un tipo de actividad física que tiene “movimientos corporales planeados, estructurados y repetitivos realizados para mejorar o mantener uno o más componentes del acondicionamiento físico” (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012) (p.35)

La condición física es “uno de los componentes de la salud o del bienestar, que forma parte de los hábitos que contribuyen a la calidad de vida” según Blázquez (1993) citado por (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012) (p.4)

“La condición física de los adultos mayores es la habilidad para llevar a cabo las tareas diarias con vigor y vigilancia, sin fatiga indebida y con energía suficiente para disfrutar de las actividades del tiempo libre y afrontar situaciones inesperadas” (Devís, J; Peiró, C, 1993). (p.3)

Algunos beneficios de la práctica del ejercicio físico regular en la tercera edad en cuanto a lo social son:

- “El aumento con los contactos sociales y la participación social”
- “La facilidad para las relaciones intergeneracionales”
- “La contribución en gran manera al equilibrio psicoactivo” como lo describe (Heredia, L; Gerontología, E, 2006) (p.4)

Como medio de trabajo se pretenden integrar prácticas deportivas como el Cachibal (Newcombball) o como el Voleibol ajustado como estrategias pedagógicas que le permitan a la población adulto mayor una participación activa y constante (Cáceres, E; Naranjo, L, 2016), en las cuales se generen manifestaciones convivenciales y de participación. En las prácticas se tendrán presentes las características de cada individuo y con ello se prevendrá que las actividades perjudiquen su condición de salud, si los internos presentan algún percance de salud pero aun así no les impide participar también podrán realizar las prácticas, además, se identificó que esta actividad permite y requiere de un trabajo en equipo y de comunicación con cada uno de los integrantes del juego propiciando la interacción humana, éste es un deporte que no requiere espacios muy amplios y que finalmente es de fácil comprensión para la comunidad en general.

2.1.7.2. Prácticas deportivas a implementar

A continuación se describirán las prácticas que se implementaron en el proyecto y que fueron incluidas en la propuesta presentada en la cárcel La Modelo (**ver anexo 3. Propuesta La Modelo**), estas prácticas se escogieron con base en la revisión documental donde el voleibol resultó como gran actor de las mismas con adaptaciones a la población adulto mayor, la orientación que se le dé a las prácticas determinará en gran medida el tipo de manifestaciones que se puedan dar en el desarrollo de las mismas, pues en algunos casos se podrán jugar partidos pero en otros momentos se enfatizará en el trabajo técnico y participativo del grupo permitiendo incluso prácticas de conjunto sin que esto determine el surgimiento de violencias.

* La propuesta se encuentra en el anexo 3.

2.1.7.2.1. Cachibol o Newcombball

Es un deporte adaptado del Voleibol para personas adultas mayores, allí el balón puede ser atrapado con ambas manos para realizar un pase o para enviarlo al campo oponente, se pueden dar dos pasos con el balón, se mantiene la regla de los tres pases máximos pero según las características del grupo a trabajar se pueden realizar modificaciones que se adapten a estas características y que se orienten para propiciar los espacios de participación y convivencia con esta población, esta fue la primer opción encontrada que se quiere implementar, se han encontrado además variaciones del voleibol como el Voleibol ajustado y el Kin Ball que también podrían ser otras alternativas de prácticas deportivas. (Cabrera, J; Colunga, C; García, J; Jáuregui, E; Reynaga, P; Viver, G, 2017)

2.1.7.2.2. El Baloncolí, el deporte por la paz

El Baloncolí es un deporte lúdico creado en 1993 por el profesor caldense, Tiberio Amaya, que en medio de las agresiones cotidianas de un grupo de mujeres adictas a la droga, buscó la forma de integrarlas a la sana convivencia, al respeto y a la solidaridad.

Esta práctica logró instalarse en varios colegios del municipio de Caldas y al día de hoy ha llegado al Eje cafetero y al Tolima.

Este deporte motiva a la población a través del deporte para la construcción de la paz sin distinción de religión, política, raza, sexo o cultura.

Su eslogan es “la tolerancia respeta la diferencia y ama la sana convivencia” como se puede observar en la *Ilustración 3. Baloncolí, deporte por la paz.*, hace parte de todo un trabajo de formación integral para las diversas poblaciones como los niños, los jóvenes, los hombres y las mujeres que participan en él, y se manifiesta en la práctica de los valores en un campo de juego.

Este deporte está conformado por movimientos técnicos de ocho deportes diferentes: Fútbol Americano, Microfútbol, Baloncesto, Voleibol, Fútbol, Futbolito, Balonmano y Rugby.

El protocolo para dar inicio al juego del Baloncolí consiste en: antes del juego, los dos equipos que van a jugar se saludan a cuatro manos en el centro del campo y con las frases “El Baloncolí te ama” (dice uno), “Ama el Baloncolí” (responde el otro), inicia el juego.

En el Baloncolí se cree en la palabra, a través de ella los jugadores hacen compromiso de paz y respeto mutuo, los capitanes que desfilan de últimos se saludan e intercambian banderas, blanca y negra, y se abrazan con la firme pretensión de cambiar la violencia por la paz.

- En el campo de juego deben haber tres hombres y tres mujeres por equipo en lo posible.
- Se premia y se sanciona; corazones verdes para premiar y tarjetas blanca y negra para sancionar.



Ilustración 3. Baloncolí, deporte por la paz.

Fotografía tomada de: <https://5c7d232db61a8.site123.me/deportes>

- Hay que anotar que los goles femeninos valen el doble, para buscar la igualdad en la diferencia. Es decir el juego es mixto.
- Pueden participar también personas con discapacidad; estas últimas pueden aportar el ‘jugador satélite’.
- El mejor jugador del partido o del torneo se define por el mayor número de corazones verdes ganados y se denomina jugador juego limpio.
- El juez felicita a quien hace gol, y al final los dos equipos dan la vuelta olímpica. Así se juega en Caldas, Antioquia, el Baloncolí, un deporte que educa para la paz.

2.1.7.2.3. *Boccia*

El Boccia es una adaptación del antiguo juego italiano de bocce o bochas practicado desde épocas del Imperio Romano, que a su vez es proveniente del Imperio Egipcio, desde hace más de 5.000 años. Los italianos difundieron el juego por diversas partes del mundo los últimos doscientos años, en Sudamérica a este juego le llamaron bochas.

En la década de 1970 el juego fue adaptado en Suecia para personas con parálisis cerebral, con el nombre de Boccia, se establecieron las reglas de juego, las primeras clasificaciones y su inclusión en los V Juegos CPISRA (Cerebral Palsy International Sport and Recreation Association - Asociación Internacional de Deportes y Recreación de la Parálisis Cerebral).

En 1984 se estrenó como deporte paralímpico en los Juegos Paralímpicos de Nueva York/Stoke Mandeville. En 1991 se realiza en Coimbra, Portugal, la I Copa del Mundo de Boccia, organizada por la CPISRA.

El Boccia es un deporte de precisión y de estrategia, los participantes pueden estar sentados y según su discapacidad lanzarán la pelota con las manos, con los pies o la colocaran en una canaleta y la harán rodar para quedar lo más cerca posible a la “diana” o pelota objetivo.

La dinámica de juego consiste en: un equipo lanzará la Boccia blanca (diana) y posteriormente realizará el primer lanzamiento de la Boccia de su color (roja o azul) para quedar lo más cerca posible a la Boccia blanca, el equipo que tenga la Boccia más cerca no realizará el siguiente lanzamiento sino el otro equipo, así cada vez que un equipo se acerca más a la diana le corresponde lanzar al otro equipo, cada equipo tiene seis lanzamientos y cada integrante tendrá tantos lanzamientos según la cantidad de personas que conformen su equipo (hasta seis por equipo), el conteo de los puntos se realiza desde la Boccia más cercana del equipo que va de segundo hasta la diana, desde allí se realiza un radio entre esa Boccia y la diana, y se dibuja el círculo completo con base en la medida de ese radio como se puede observar en la *Ilustración 3. Boccia*, la cantidad de Boccias dentro de ese círculo, que tenga el equipo que más se acercó a la diana es la cantidad de puntos a favor. Cuando la diana sale del área de juego es colocada en la marca que se encuentra en el centro de la cancha y se mantienen las demás Boccias, las Boccias que salen del área de juego quedan por fuera y ya no suman puntos. Tomado de: <https://historiadeldeporte.net/boccia/>

1

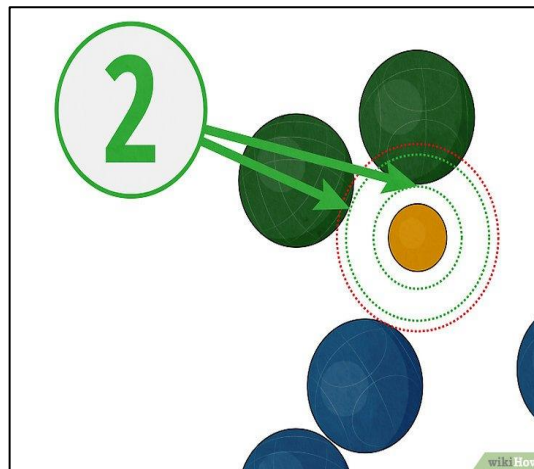


Ilustración 4. Puntuación Boccia

Tomado de: : https://www.wikihow.com/images_en/thumb/3/3e/Play-Bocce-Ball-Step-11-Version-3.jpg/v4-728px-Play-Bocce-Ball-Step-11-Version-3.jpg

2.1.7.2.4. *Tenis de mesa*

El tenis de mesa es un deporte que surgió a mediados del siglo XIX en Inglaterra como derivación del tenis de campo el cual se encontraba en auge en ese momento, también llegando la época de invierno e impidiendo la práctica del tenis en las canchas al exterior, por este motivo los jugadores adaptaron el tenis a espacios cerrados y comenzaron a practicarlo en salones sobre las mesas de billar o en mesas de comedor con los mismos materiales pero poco a poco fueron reduciendo el tamaño de los mismos y como este era practicado sobre una mesa le llamaron tenis de mesa o ping pong; este deporte comenzó a ser practicado como un hobby y no se le atribuía mayor exigencia física ni mental para su práctica (Breton, D; Gatien, J, 1993), a medida que se fue masificando en los países europeos los materiales de juego evolucionaron así como las tecnologías que permiten hacer mediciones biomecánicas, llegando a la conclusión por experimentos en Alemania que esta puede ser la actividad más exigente tanto física como mentalmente que el hombre puede realizar.

Estas categorías se escogieron como las centrales en la realización de la investigación ya que se relacionan directamente con las temáticas del proyecto, dan cuenta de los aspectos teóricos que nos conciernen y desde ellas se realizó el acercamiento a las diferentes construcciones de los conceptos para entender sus diferentes concepciones y si el sentido que se les da actualmente concuerda con los objetivos que se pretenden alcanzar en el presente proyecto.

3. Capítulo III

3.1. Marco Legal y Jurídico

A continuación se tendrán en cuenta las normatividades y disposiciones legales que se han establecido a nivel global, nacional y distrital sobre los Derechos Humanos y sobre el trato penitenciario, se explicará cómo han evolucionado las perspectivas desde donde se trabajan estos Derechos, y se mostrarán los principios básicos para el tratamiento de reclusos.

Estas perspectivas nos permitirán abordar de una manera más pertinente el enfoque del trabajo de grado “Incidencia de prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá” acorde a las normativas existentes y a los sentidos para los cuales fueron creadas, llevándolas al contexto distrital con la población de la cárcel La Modelo y en conjunto con el enfoque del deporte social.

3.1.1. La UNESCO

Abordando el marco internacional nos remitimos a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO, creada en 1946, quien es la institución que ha velado desde entonces por los Derechos Humanos, la Educación y la Cultura a nivel internacional, de países subdesarrollados, a continuación se expondrán algunos de sus postulados.

Como lo expresa Scarfó. (2002) la educación es un derecho social que le permite a los individuos ser parte de la sociedad en la conformación de su ciudadanía, adquiriendo una cultura, el estado debe garantizarla a los ciudadanos sobre todo para quienes tienen limitaciones para acceder a esta, ya sea por la desigualdad de oportunidades o por las injusticias existentes en los países, así como la vulnerabilidad y la exclusión que se mantiene hacia las personas y grupos delincuenciales, los cuales son enviados a las cárceles, esta institución solo debería privarlos de la libertad y no de otros Derechos Humanos, ya que también se busca que puedan volver a la sociedad al cumplir con su condena, no se debería permitir la vulneración de derechos en otras áreas, solo aplicar la privación de la libertad.

Que las poblaciones puedan ejercer el derecho a la educación y la “preparación para la participación social”, que permitan una transformación personal y social de los internos, crear lazos sociales, construcción de colectividades estando en un denominado punto bajo de la sociedad, acceso a la alfabetización y la educación para el trabajo, para la ciudadanía y para la participación en la sociedad. (Scarfó, F, 2002).

A nivel internacional los países han acatado algunos pactos para garantizar los derechos de las Personas Privadas de la Libertad y así evitar tratos como la tortura o penas crueles y degradantes, algunos de estos pactos son:

- “La Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948)”
- “El Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1966)”
- “La Carta Africana de los Derechos del Hombre y de los Pueblos”
- “La Convención contra la Tortura y otros Tratos y Penas Cruelles, Inhumanas o Degradantes y”
- “Las Reglas Mínimas para el tratamiento de Reclusos de las Naciones Unidas (1955)” (Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A, 1998) (p.38)

Algunos principios básicos para el tratamiento de los reclusos, adoptados por las Naciones Unidas son:

- “Mejorar la educación de los reclusos”
- “La Educación para personas analfabetas y jóvenes será obligatoria”
- “La Articulación con la educación pública para que al salir puedan continuar su preparación”
- “Acceso a la educación, cultura y recreación en la medida de lo posible” (Scarfó, F, 2002) (p.297)

Todo esto buscando la reinserción real de los individuos en la sociedad.

El 10 de Diciembre de 1954 se estableció como el día de los derechos humanos, por los cuales “escritores, pensadores y personas movidas con ideas humanitarias” han luchado para que las Personas Privadas de la Libertad “puedan conservar al menos el derecho a ser tratados como seres humanos” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.3), siendo los casos delictivos impactantes para la sociedad pues muchas personas se ven afectadas ya sea por temas laborales referentes con la justicia, por personas del común que se enteran de los delitos, por los medios de comunicación y por medio de los mismos infractores que se ven relegados al trato inhumano e indigno como si hubieran perdido totalmente la condición de seres humanos.

Desde épocas muy anteriores a la nuestra se tiene referencia que las leyes de las tribus eran inquebrantables y aquel que cometía una falta contra estas era castigado incluso con la muerte, sin indagar la causa que había llevado al infractor a cometer su delito, en las cárceles actuales esto ha cambiado considerablemente ya que las personas tienen derecho a un juicio, a presentar pruebas en su defensa, e incluso a apelar sobre su sentencia. Teniendo en cuenta los lugares de reclusión sí se han modificado los tratos a los internos

y los derechos que se les reconoce incluso estando presos, pero no se tiene en cuenta que el encierro por sí mismo no ayuda a transformar las mentalidades de las personas sino que por el contrario las condiciones generales de encierro hacen que cuando los internos terminen su condena, salgan a la calle guardando odio hacia la sociedad.

Desde 1948 las Naciones Unidas han estado a cargo de “las actividades internacionales referentes a la prevención del crimen y al tratamiento de los delincuentes” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.3), en el año 1955 se celebró un Congreso Mundial sobre estas temáticas.

Los sindicados de cometer infracciones graves como homicidio son detenidos como medida de precaución, pues podrían no solo tratar de destruir las pruebas que los comprometen de culpa sino que podrían además esconderse o huir del país, pero el tiempo de detención preventiva no puede ser eterno, cada gobierno establece los tiempos para realizar las acusaciones formales y los juicios a que dé lugar cada caso en específico.

El derecho a la libertad y a la seguridad de la persona es el segundo derecho después del derecho a la vida, en todo momento se presume la inocencia del acusado pero en ese momento también las autoridades pasan de ser las cuidadoras del ciudadano a las encargadas de recolectar pruebas hacia este mismo, sin olvidar que así resulte culpable, el acusado sigue siendo humano, y como lo dispone la Declaración Universal de Derechos Humanos: “nadie será sometido a torturas ni a penas o a tratos crueles, inhumanos o degradantes” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.7)

Tras el caimiento del fascismo se debían construir cárceles “modernas” borrando en parte la vergüenza de las antiguas prisiones de tortura y antihumanas, y blindándolas de todas las posibilidades de desarrollo humano como lo eran las escuelas, no perpetuando la figura de una jaula como en la que se encierran a los animales en el circo, así se fundamenta el estado, aparta a sus sirvientes en jaulas, muros y con grilletes y se

vanagloria de autoridad, como lo hacían los fascistas pero en las épocas actuales, todavía con huellas de los tratos pasados ya sea por inercia o por ignorancia, la única condición que no debe sobrepasar el estado es “la de respetar plenamente en el criminal la dignidad del hombre” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.9), lo que en muchas ocasiones sucede es que se trata a las personas con la mayor denigración posible y las peores condiciones físicas y sociales, sobrepasando la pena del encierro y transformándose ese castigo adicional en una ofensa contra la dignidad humana, y en un delito mismo.

A los individuos se les encierra para dos cosas: para proteger el orden y la paz pública, y para que paguen sus culpas con el ritual del encierro, emulando en su filosofía las formas religiosas del pecado, el arrepentimiento y la redención y viendo a la cárcel como “una anticipación del infierno y del purgatorio” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.9).

Dentro del Derecho Penal se busca la reeducación de los individuos a través de “medios psicológicos y morales antes que físicos, ya que sería contradictorio obtenerla por la fuerza” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.10).

Las prisiones contrariamente a las intencionalidades que dicen tener, ayudan a construir sujetos con mayores características de maldad, permeando de esta maldad por consecuencia también a sus cuidadores y a quienes creen que esta institución sí cumple su tarea, por ello (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) expresan que mientras que las condenas se sigan considerando como “venganzas sagradas” no se podrán conciliar la prisión y la reeducación manteniendo la dignidad humana del prisionero, gracias a estas condiciones los prisioneros por lo general pierden también la noción del tiempo, el sentido de sus vidas y la percepción del final de sus condenas “como si la pena no fuera a terminar nunca” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.10), tanto así que los

condenados mentalmente se sienten en cadena perpetua, cuando por el contrario se debería tratar de que el sentido de la vida fuera una de las causas para volver a la sociedad y no cometer los mismos errores.

Lista de Instrumentos Internacionales de las Naciones Unidas sobre la protección de personas sometidas a detención o prisión:

- “Un manual de las Naciones Unidas y la Unesco sobre la educación de los reclusos”
- “Declaración Universal de Derechos Humanos, 10 de diciembre de 1948”
- “Reglas Mínimas para el Tratamiento de los Reclusos, 30 de agosto de 1955”
- “Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Racial, 21 de diciembre de 1965”
- “Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos, 16 de diciembre de 1966”
- “Declaración de los Derechos del Retrasado Mental, 20 de diciembre de 1971”
- “Declaración sobre la Protección de Todas las Personas contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Cruelles, Inhumanos o Degradantes, 9 de diciembre de 1975”
- “Código de Conducta para Funcionarios Encargados de Hacer Cumplir la Ley, 17 de diciembre de 1979”
- “Principios de Ética Médica Aplicables a la Función del Personal de Salud, Especialmente los Médicos, en la Protección de Personas Presas y Detenidas contra la Tortura y Otros Tratos y Penas Cruelles, Inhumanos o Degradantes, 18 de diciembre de 1982”
- “Salvaguardias para Garantizar la Protección de los Derechos de los Condenados a la Pena de Muerte, 25 de mayo de 1984”
- “Convención contra la Tortura y Otros Tratos o Penas Cruelles, Inhumanos o Degradantes, 10 de diciembre de 1984”
- “Reglas Mínimas de las Naciones Unidas para la Administración de la Justicia de Menores (Reglas de Beijing), 29 de noviembre de 1985”

- “Declaración sobre los Principios Fundamentales de Justicia para las Víctimas de Delitos y del Abuso de Poder, 29 de noviembre de 1985”
- “Principios Básicos relativos a la Independencia de la Judicatura, 29 de noviembre de 1985”
- “Conjunto de Principios para la Protección de Todas las Personas Sometidas a Cualquier Forma de Detención o Prisión, 9 de diciembre de 1988”
- “Principios relativos a una Eficaz Prevención e Investigación de las Ejecuciones Extralegales, Arbitrarias o Sumarias, 24 de mayo de 1989”
- “Convención sobre los Derechos del Niño, 20 de noviembre de 1989”
- “Principios Básicos sobre el Empleo de la Fuerza y de Armas de Fuego por los Funcionarios Encargados de Hacer Cumplir la Ley, 7 de septiembre de 1990”
- “Principios Básicos sobre la Función de los Abogados, 7 de septiembre de 1990”
- “Directrices sobre la Función de los Fiscales, 7 de septiembre de 1990”
- “Principios Básicos para el Tratamiento de los Reclusos, 14 de diciembre de 1990”
- “Reglas de las Naciones Unidas para la Protección de los Menores Privados de Libertad, 14 de diciembre de 1990”
- “Reglas Mínimas de las Naciones Unidas sobre las Medidas no Privativas de la Libertad (Reglas de Tokio), 14 de diciembre de 1990”
- “Directrices de las Naciones Unidas para la Prevención de la Delincuencia Juvenil (Directrices de Riad), 14 de diciembre de 1990”
- “Tratado Modelo sobre la Remisión del Proceso en Materia Penal, 14 de diciembre de 1990”
- “Tratado Modelo sobre el Traspaso de la Vigilancia de los Delincuentes bajo Condena Condicional o en Libertad Condicional, 14 de diciembre de 1990”
- “Declaración sobre la Protección de Todas las Personas contra las Desapariciones Forzadas, 18 de Diciembre de 1992” (Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G, 1954) (p.38)

3.1.2. Constitución Política de Colombia

Las ramas judiciales se crearon para que los mismos encargados de hacer las leyes no tengan injerencia en su aplicación y no se vuelva una sobrecarga de poder y parcialidad contra alguien en específico, degradando muchas veces su condición humana: por ello cada una de las ramas judiciales tiene una función como lo establece la Constitución Política de Colombia que se explicarán a continuación:

- Rama legislativa
“Es la encargada de formular las leyes y hacerle reformas a la Constitución, integrada por el Senado de la República y la Cámara de Representantes quienes a su vez conforman el Congreso de la República” (Función Pública, 2020)

- Rama ejecutiva
“Es la encargada de ejecutar las actividades administrativas, la representa el presidente de la República y junto a él trabajan los Ministros de despacho y los Directores de departamentos administrativos constituyendo así al Gobierno Nacional, esta rama tiene tres órdenes: nacional, departamental y municipal” (Función Pública, 2020)

- Rama judicial
“Esta rama administra la justicia, resuelve controversias entre ciudadanos, y entre ellos y el estado, con pronunciamientos que “adquieren fuerza de verdad definitiva”, esta rama está constituida por la Corte Constitucional, Corte Suprema de justicia, el Concejo de Estado, el Concejo Superior de la Judicatura, las Jurisdicciones Especiales y la Fiscalía General de la Nación” (Función Pública, 2020)

3.1.2.1. Leyes y artículos

3.1.2.1.1. *Ley 181 de 1995*

“Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte” (Sistema Nacional del Deporte, 1995).

En esta ley se realiza una clasificación del deporte en ocho ramas diferentes, abarcando las diferentes posibilidades existentes, y en una de ellas define al deporte social comunitario como:

“Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida” (Sistema Nacional del Deporte, 1995) y como también lo expresa (Levoratti, A, 2015) donde a través de este tipo de deporte se “procuran que las personas desarrollen relaciones comprensivas consigo mismo, con los otros y con el contexto a partir de la deliberación y el diálogo” (p.14).

3.1.2.1.2. *Ley 115/95 Ley General de Educación Título III, Capítulo V*

El cual señala la necesidad de educar para la rehabilitación social, especialmente el párrafo del Artículo 69, hace referencia a: “En el caso de los establecimientos carcelarios del país se debe tener en cuenta para los planes y programas educativos, las políticas y orientaciones técnico-pedagógicas y administrativas del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC”.

3.1.2.1.3. *Ley 65/93 Título VIII, Educación Y Enseñanza*

“La educación al igual que el trabajo constituye la base fundamental de la resocialización. En las penitenciarías y cárceles de Distrito Judicial habrá centros educativos para el desarrollo de programas de educación permanente, como medio de instrucción o de tratamiento penitenciario, que podrán ir desde alfabetización hasta programas de instrucción superior”.

3.1.2.1.4. Artículo 97. Redención de Pena por Estudio

El juez de ejecución de penas y medidas de seguridad concederá la redención de pena por estudio a los condenados a pena privativa de la libertad. A los detenidos y a los condenados se les abonará un día de reclusión por dos días de estudio. “Se computará como un día de estudio la dedicación a esta actividad durante seis horas, así sea en días diferentes. Para esos efectos, no se podrán computar más de seis horas diarias de estudio”.

3.1.2.1.5. Artículo 98. Redención de la Pena por Enseñanza

El recluso que acredite haber actuado como instructor de otros, en cursos de alfabetización o de enseñanza primaria, secundaria, artesanal, técnica y de educación superior tendrá derecho a que cada cuatro horas de enseñanza se le computen como un día de estudio, siempre y cuando haya acreditado las calidades necesarias de instructor o de educador, conforme al reglamento. El instructor no podrá enseñar más de cuatro horas diarias, debidamente evaluadas, conforme al Artículo 81.

3.1.2.1.6. Artículo 99. Redención de la Pena por Actividades Literarias, Deportivas, Artísticas y en Comités de Internos

Las actividades literarias, deportivas, artísticas y las realizadas en comités de internos, programados por la dirección de los establecimientos, se asimilarán al estudio para efectos de la redención de la pena, de acuerdo con la reglamentación que para el efecto dicte la Dirección General del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario.

3.1.2.1.7. *Acuerdo 0011 de 1995.*

Artículo 44. Actividades Deportivas y Recreativas. Toda la población reclusa deberá beneficiarse de los programas deportivos y recreativos organizados y planeados por los docentes encargados del centro educativo o quienes hagan sus veces. Los directores de los establecimientos de reclusión garantizarán el desarrollo permanente de las actividades deportivas y recreativas que se planeen para el beneficio de los internos. Con base en el convenio suscrito con Coldeportes se intensificarán los cursos y talleres de administración y formación deportiva y se buscará asesoría y apoyo para la realización de campeonatos. El deporte se practicará de acuerdo con los espacios e infraestructura con que cuente el establecimiento carcelario. En caso de no contar con estos, se deberán organizar actividades recreativas, siempre en función de la buena utilización del tiempo libre.

3.1.2.1.8. *Artículo 45. Participación de los Reclusos en Actividades Externas.*

Previa autorización del director regional respectivo, el director del centro de reclusión, bajo su responsabilidad, podrá disponer que un número de reclusos asista, represente o intervenga en actos deportivos o culturales que se realicen en lugares de la misma ciudad del centro de reclusión, en espacios previamente determinados y por un tiempo no superior a seis (6) horas. Estas autorizaciones son excepcionales y serán concedidas sólo a internos cuya salida no constituya un grave riesgo y con motivo de eventos muy importantes o especiales.

3.1.2.1.9. *Ley 115 de 1994.*

Artículo 68. Objeto y ámbito de la educación para la rehabilitación social. La educación para la rehabilitación social comprende los programas educativos que se ofrecen a personas y grupos cuyo comportamiento individual y social exige procesos educativos integrales que les permitan su reincorporación a la sociedad.

3.1.2.1.10. *Ley estatutaria 1757 de 2015*

Existen múltiples formas de participación ciudadana las cuales están reglamentadas en cuanto a procedimientos, fechas para la intervención, control y vigilancia, ya sea de individuos o de grupos colectivos.

3.1.2.1.11. *Julio 06 de 2015*

Por la cual se dictan disposiciones en materia de promoción y protección del derecho a la participación democrática:

Artículo 1. El objeto de la presente ley es promover, proteger y garantizar modalidades del derecho a participar en la vida política, administrativa, económica, social y cultural, y así mismo a controlar el poder político.

Artículo 2. De la política pública de participación democrática. Todo plan de desarrollo debe incluir medidas específicas orientadas a promover la participación de todas las personas en las decisiones que los afectan y el apoyo a las diferentes formas de organización de la sociedad.

Artículo 3. Mecanismos de participación. Esta se expresa en la posible intervención de la sociedad en asuntos públicos, pueden ser iniciativas institucionales o ciudadanas.

Capítulo 2, trámite en corporaciones públicas.

Título 3, mecanismos de participación.

Artículo 23, participación en asuntos de interés para la comunidad.

Artículo 26, asistencia y vocería, personas interesadas, respuestas por alcalde o gobernador.

Artículo 28, obligatoriedad de las respuestas.

Capítulo 3, votación sobre los mecanismos de participación ciudadana.

Artículo 42, los referendos aprobados, las leyes y ordenanzas deben hacerse efectivas, si no se harán por decreto.

Capítulo 6, reglas especiales a los referendos.

Artículo 48, rendición de cuentas, diálogo, control social, transparencia en gestiones, buen gobierno, eficacia.

Artículo 50, es obligatorio rendir cuentas en un lenguaje comprensible.

Artículo 54, rendición de cuentas de las instancias de participación.

Artículo 55, audiencias públicas participativas.

Título V, del control social a lo público

Artículo 61, el control social tiene como objeto seguir y evaluar las actividades públicas.

Artículo 64, objetivos, fortalecer la cultura de lo público en el ciudadano, fortalecer la participación, conocer fallas para mejorarlas.

Artículo 65, salvo aspectos que sean reservados, todos los demás pueden ser vigilados por personas y unidades.

Capítulo 1, de las veedurías ciudadanas.

Artículo 67, redes de veedurías, comunicación, colaboración, reconocimiento de cámara de comercio o personerías municipales.

Artículo 69, la denuncia, narración de hechos de irregularidades, malas prestaciones, inequidad, perjuicio al medio ambiente, cuentas claras, participar con la ciudadanía.

Título 6, de la participación social ante las corporaciones públicas de elección popular y el congreso de la república.

Artículo 73, registro de temas de interés, personas u organizaciones pueden pedir a la secretaría que les den a conocer los proyectos y cuestionarios de control político.

Artículo 74, formas de participación pública, sesión abierta, propuestas ciudadanas.

Título 7, de la coordinación y promoción de la participación ciudadana.

Artículo 77, del concejo nacional de participación ciudadana, asesorar al gobierno.

Artículo 78, coordinación de las políticas públicas de participación ciudadana, concejo nacional de participación ciudadana.

Artículo 85, concejos de participación reuniones cada cuatro meses.

Capítulo 2, de la participación ciudadana en las administraciones departamentales, municipales y distritales.

Artículo 86, sistema municipal o distrital de participación ciudadana, sistemas en todos los municipios.

Artículo 87, oficinas para la promoción a la participación ciudadana, se podrán crear oficinas para la participación.

Artículo 88, promoción de la participación ciudadana.

Artículo 89, funciones de las secretarías, políticas nacionales, seguimientos, estudios y recomendaciones, cultura democrática, estrategias de participación y comunicación, procesos comunitarios, etnias, edades, rendir cuentas, lenguajes comprensibles.

Capítulo 3, de los acuerdos participativos.

Artículo 90, presupuesto racional y equitativo, vigilancia.

Artículo 91, asegurar la participación, hacer la gestión.

Artículo 92, recoger necesidades de la sociedad, desarrollo humano, integral y sostenible, control social.

Artículo 93, seguimiento a los acuerdos participativos, presupuesto participativo.

Capítulo 4, de la financiación de la participación ciudadana.

Artículo 94, sobre el gasto en participación ciudadana, financiamiento en proyectos de participación ciudadana, recursos solo en eso, un año para hacer los presupuestos de gastos en participación.

Artículo 95, financiación de la participación ciudadana, fondos para ello, entidades territoriales, cooperación internacional, sector privado, fundaciones.

Artículo 96, fondo para la participación ciudadana y fortalecimiento de la democracia, ministerio del interior, deben presentar dos informes al año.

Artículo 97, recursos del fondo para la participación ciudadana y fortalecimiento de la democracia, presupuesto general de la nación, donaciones, créditos.

Artículo 98, inversiones asociadas a la participación ciudadana, apoyo a entidades de participación ciudadana con impacto al final, control social, costos y supervisión, fortalecer la organización para la participación, organizaciones comunitarias, publicidad.

Artículo 99, fondos departamentales, municipales y distritales para la participación ciudadana, por sectores, un informe con todos los gastos.

Artículo 100, de los presupuestos participativos, definición de una parte del dinero para tales fines.

Capítulo 5, incentivos.

Artículo 101, incentivos simbólicos a la participación ciudadana, control social, experiencia más relevante de participación en el país, experiencia exitosa, fomento estatal por canal institucional, también para alcalde y gobernador, resaltar esfuerzos empresariales.

Capítulo 6, de los derechos y responsabilidades de los ciudadanos en la participación ciudadana.

Artículo 102, derechos de los ciudadanos en la participación ciudadana, planeación, ser informado, contenidos etc., expresiones asociativas, capacitación.

Artículo 103, responsabilidades de los ciudadanos, informarse sobre aspectos, proyectos o leyes de su interés, respetar decisiones tomadas.

Capítulo 7, de los deberes de las autoridades públicas alrededor de las instancias de participación ciudadana.

Artículo 104, deberes de las autoridades públicas en instancias de participación, proteger, promover, implementar, y acompañar instancias de participación, planeaciones políticas sociales, e inclusión, redes ciudadanas, proteger a los promotores de iniciativas ciudadanas, emitir conceptos, cumplir compromisos, convocar ampliamente sin privilegios, consulta amplia y deliberativa, acciones que fortalezcan estos procesos, control de información y decisiones tomadas, capacitar a la ciudadanía para presentar denuncias o casos.

Título 9, disposiciones varias.

Artículo 109, atributos del derecho a la participación, disponibilidad, acceso, calidad, permanencia.

Artículo 110, obligaciones del estado, garantizar la democracia, libre expresión, movilización social, autonomía, formación, información.

Artículo 111, dialogo social, interacción, democracia, comunicación.

Artículo 112, comisión integrada por el ministro del interior, senadores y académicos.

Artículo 113, vigencia, desde la promulgación hasta alguna modificación (Congreso de la República de Colombia, 2019).

3.1.3. INPEC

3.1.3.1. *Modelo pedagógico del INPEC*

El INPEC en cumplimiento al derecho a la educación para todos, incluidas las Personas Privadas de la Libertad, establece un modelo pedagógico el cual actualmente se aplica, que tiene como misión el ofrecer al interno la posibilidad de cambiar su modo de pensar, de ser y de actuar; que pueda visualizar su vida de otra manera y proyectarla sin que tenga necesidad de volver a la acción delictiva que lo condujo a un establecimiento penitenciario o carcelario, que logre resignificar la vida personal, familiar y social a partir

de otros modos de comprenderse y de comprender el mundo. También se expone como visión la finalidad del modelo educativo del INPEC que busca la relación con otras formas de conocimiento, distintas a aquellas que ha tenido el interno anteriormente al encierro, que se produzca un cambio en las ideas y en sus prácticas sociales que son las que lo han llevado a infringir las normas y que por consecuencia lo condujeron al encierro.

A continuación se exponen la misión y la visión del modelo pedagógico:

“Misión: Afectar los marcos de comprensión existencial, cognitiva, ética y estética de los internos en perspectiva de resignificación de las condiciones de emergencia del delito y hacia una múltiple articulación de los procesos y experiencias de la vida en sociedad. La formación y cualificación de aprendizajes experienciales en la óptica del trabajo, el lenguaje y el conocimiento serán perspectivas de desarrollo personal y colectivo con las cuales se logrará dar sentido a la existencia superando las visiones deterministas comprometidas en las existencias carcelarias”.

“Visión: el Proyecto Educativo del INPEC concibe la relación con el conocimiento como una experiencia de afectación de las prácticas, e ideas que se encuentran instaladas en los individuos y las relaciones sociales, cuyos ordenamientos han permitido la emergencia del delito. Se supera la visibilidad de los delitos a través de la comprensión estructural tanto de las condiciones sociales, como de las condiciones subjetivas que provocan su emergencia. De la misma manera, posiciona el proceso de recuperación de los individuos a partir de la construcción de los sentidos de existencia provocando otras maneras de ser, actuar y relacionarse con el mundo desde la condición de interno” (Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC, 2020).

En el sentido de lograr la resocialización también expresan Berger y Bernstein citados por (Austin, T, 2000) que:

“tendríamos que... proponer una conversión hacia un mundo de la vida nuevo que se expresa en una distinta forma de vivir la cotidianeidad; para lograrlo hay que rediseñar las instituciones en la mente de la persona, lo que se lograría mediante el dominio de un nuevo lenguaje, el que proporciona el código lingüístico apropiado. Es decir, debe haber un proceso de lectura intenso, acompañado del uso del nuevo lenguaje para establecer una nueva forma de convivencia” (p.80).

La aplicación del modelo pedagógico mencionado aún persiste, puesto que la educación dentro del Sistema Penitenciario y Carcelario Colombiano responde tanto a las demandas de la sociedad como a las necesidades propias de los sujetos, que recuperarán su condición de actores sociales activos (sin restricciones) cuando culminen su condena, tendrán que permitir a estos el retorno a la sociedad, con otros modos de pensar, con otras comprensiones, proponiendo y ejerciendo las condiciones tanto de orden cognitivo como metodológico, que hagan visible la resignificación de la existencia de las personas. (Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC, 2020)

Además de los temas expuestos anteriormente se debe tener en cuenta el enfoque diferencial, poblacional y de derechos, pues fue uno de los criterios mediante el cual se realizó la elección de la población a trabajar en este proyecto, este consiste en el reconocimiento de poblaciones con características particulares, en razón de su edad, género, orientación sexual, grupo étnico y/o situación de discapacidad, que deben recibir un tratamiento diferenciado acorde a esas características, a sus necesidades y a sus posibilidades.

El enfoque diferencial tiene un doble significado: es a la vez un método de análisis y una guía para la acción. En el primer caso, emplea una lectura de la realidad que pretende hacer visibles las formas de discriminación contra aquellos grupos o pobladores

diferentes, considerados así, por una mayoría o por un grupo hegemónico. En el segundo caso, toma en cuenta dicho análisis para brindar adecuada atención y protección de los derechos de la población, es por esto que el enfoque diferencial y de derechos juega un papel importante como herramienta que debería manejar todo funcionario público, y en especial aquellas instituciones cuya obligación es velar por el bienestar y el goce de los derechos de los ciudadanos, como lo disponen la misión y visión del modelo pedagógico del INPEC.

Algunas de esas disposiciones se ven afectadas por situaciones imprevistas como motines de los internos, situaciones de heridos, por requisas sorpresa, o por un mal clima que no permiten que se desarrollen las actividades planeadas, pero en otro sentido las condiciones de hacinamiento, la justa cantidad de personal de la guardia y la falta de profesionales que puedan cubrir todas las poblaciones penitenciarias y carcelarias dificultan la ejecución de los proyectos educativos que se quieran realizar.

También se resalta la importancia de poder capacitar permanentemente a las personas que trabajan y se relacionan con las poblaciones penitenciarias, porque estas poblaciones tienen características distintas a la población que está en libertad, y sus necesidades son muy diferentes.

4. Capítulo IV

4.1. Marco metodológico

4.1.1. Paradigma de la investigación

El paradigma de esta investigación es cualitativo donde se buscó comprender el contexto de la población penitenciaria escogida e interpretar las informaciones de las percepciones de los internos acerca de las prácticas deportivas realizadas y su incidencia en la convivencia y participación.

La investigación cualitativa como método investigativo permite describir situaciones específicas que así lo requieren, pues si solamente se clasificaran los resultados o las informaciones en cantidades sería insuficiente para tratar de entenderlas, más aun si estas situaciones son problemáticas sociales o necesidades poblacionales que requieren ser abordadas y comprendidas en lo posible, ya que no se pretende globalizar o estandarizar un método sino entender las formas de pensar y actuar de un grupo determinado de personas en cierto contexto.

4.1.2. Enfoque de estudio

Este tipo de investigaciones requiere que el investigador tenga una mirada de corte hermenéutico en la que no debe sacar conclusiones a priori, sino que debe realizar anotaciones descriptivas e interpretar las situaciones para poder leerlas, analizarlas y comprenderlas en relación a las categorías escogidas.

Por lo tanto esta investigación tiene un enfoque de estudio hermenéutico donde se realizaron descripciones sobre las características fundamentales de los fenómenos... con criterios establecidos (categorías) para mostrar su estructura y comportamiento (interpretación). (Secretaría de marina., 2019).

4.1.3. Modelo de investigación

Se utilizó el modelo Investigación Participación en donde el investigador trabaja activamente con la población con la que realiza las prácticas y no solo permanece observándolas y realizando anotaciones apartado de ella. En las prácticas se realizó una observación participación donde el investigador dirigió las actividades y cuando el contexto lo requirió participó de las mismas, la participación de la población adulto mayor fue voluntaria, y se tuvo en cuenta que los desplazamientos desde los diferentes patios al lugar de práctica fueran autorizados.

4.1.4. Técnica de investigación

Se utilizó la Técnica de Campo la cual se caracteriza por tener contacto directo con las personas a trabajar en la realización de las prácticas, y al recolectar las informaciones en las entrevistas iniciales no estructuradas.

4.1.4.1. Instrumentos

Los instrumentos que se escogen para la recolección de información dependen de la cantidad de personas con que se va a trabajar, del tipo de información que se quiere obtener y del tipo de investigación a realizar. Para el caso de esta investigación se consideró pertinente el uso del diario de campo para la recolección de los datos observados en cada práctica; las entrevistas iniciales no estructuradas en la cuales se plantearon preguntas orientadoras acerca de las percepciones de las Personas Privadas de la Libertad sobre las prácticas deportivas y su incidencia en la convivencia y participación, pero no les impidió hablar de otros aspectos relevantes que quizá no habían sido tenidos en cuenta por el investigador y que los entrevistados pudieron identificar, también se realizaron entrevistas iniciales no estructuradas a algunos funcionarios de instituciones carcelarias, siendo todas estas personas fuentes de información primarias. **(Ver Anexo 4. Diarios de campo).**

4.1.4.2. Modelo de sesión

Para las prácticas deportivas se escogió el modelo de sesión planteado por Casimiro, Martínez, y Santos (2009) en el cual se plantea una estructura de cómo podría ser una sesión de actividad física para la población de adultos mayores con base en investigaciones realizadas desde el año 2003 hasta el año 2009, durante los años de investigación se aplicó dicho modelo con fines como implementar propuestas sobre actividad física, salud y mejora de la calidad de vida en programas con compromiso social y práctico. Esta propuesta tiene en cuenta las necesidades, intereses, capacidades, posibilidades y limitaciones de los participantes y propone sub-fases y modalidades para realizar un trabajo adecuado. (Casimiro, A; Martínez, L; Santos, M, 2009)

Los beneficios de la actividad física para la población adulto mayor se reflejan en efectos favorables para los sistemas: cardiovascular, músculo-esquelético, respiratorio y endocrino, también tiene efectos positivos sobre la mente como “disminuir la incidencia de la depresión y de la ansiedad, mejorando el estado de ánimo y la habilidad para realizar las tareas cotidianas a lo largo del ciclo vital como lo mencionan U.S. Surgeon General’s Report, (1996) citados por Martínez, Santos y Casimiro (2009). (Casimiro, A; Martínez, L; Santos, M, 2009). Otros aspectos importantes del aporte de la actividad física regular según Marcos, Frontera y Santonja, (1995) citados por Martínez, Santos y Casimiro (2009) son:

“Ayuda a mantener el equilibrio físico y psíquico, aumentando el bienestar, la estabilidad emotiva, y la confianza en sí mismo, por lo que puede ser beneficioso para combatir la depresión y otras alteraciones mentales.

Combate los tres grandes padecimientos del anciano: insomnio, estreñimiento y melancolía” (Casimiro, A; Martínez, L; Santos, M, 2009).

A continuación se anexa el cuadro con el modelo de sesión planteado por Casimiro, Martínez y Santos (**ver Ilustración 5. Modelo de sesión**) con las fases y sub-fases establecidas y los contenidos para cada sub-fase atendiendo los objetivos de un programa de acondicionamiento físico para adultos mayores:

Propuesta de diseño de sesión

1. CALENTAMIENTO	<ul style="list-style-type: none"> ○ MOVILIDAD ARTICULAR ○ ACTIVACIÓN –ANIMACIÓN <ul style="list-style-type: none"> - individual - parejas - grupo
2. FASE AERÓBICA	<ul style="list-style-type: none"> ○ ACTIVIDADES RÍTMICAS <ul style="list-style-type: none"> - aeróbic - música tradicional y danzas - expresión corporal ○ JUEGOS <ul style="list-style-type: none"> - pequeño grupo - gran grupo ○ CIRCUITOS <ul style="list-style-type: none"> - individual - parejas ○ EJERCICIO CONTINUO
3. TONIFICACIÓN MUSCULAR	<ul style="list-style-type: none"> ○ AUTOCARGAS <ul style="list-style-type: none"> - Individual - Parejas ○ CIRCUITOS DE FUERZA <ul style="list-style-type: none"> - individual - parejas
4. VUELTA A LA CALMA	<ul style="list-style-type: none"> ○ ESTIRAMIENTOS <ul style="list-style-type: none"> - individual - parejas - stretching ○ HIGIENE POSTURAL ○ TÉCNICAS DE RELAJACIÓN <ul style="list-style-type: none"> - masajes - respiración - soltura

Ilustración 5. Modelo de sesión

Cuadro tomado de Casimiro, Martínez y Santos (2009) (p.9)

Este modelo de sesión tiene componentes pertinentes para el trabajo con adulto mayor que les puede ayudar al mantenimiento de sus funciones vitales y les permitirá retardar el proceso de envejecimiento, los componentes que se consideran pertinentes son la fase del calentamiento para realizar la activación física y motivacional, donde en esta misma fase se puede realizar la fase aeróbica con desplazamientos a baja y media velocidad en diferentes direcciones, no se realizarán ejercicios específicos para fase de tonificación muscular porque no se trata de un programa de acondicionamiento físico sino de prácticas

deportivas, en la fase central se desarrollará la práctica relacionada con el deporte, la fase de vuelta a calma es muy pertinente tanto por el factor físico como por la retroalimentación que se hará de las practicas por parte de los participantes, recibiendo en esa fase sus percepciones sobre las mismas, para posteriormente anexar esas informaciones en el diario de campo. (**Anexo 5, sesiones de práctica**)

“El descenso progresivo e irreversible de la capacidad funcional en el anciano se puede retardar considerablemente si participa en programas de actividad física bien regulados” como lo expresa Moreno. (2005) citado por (Casimiro, A; Martínez, L; Santos, M, 2009).

4.1.4.3. *Análisis de la información*

El análisis de la información se realizó a través de la técnica Triangulación de la Información, relacionando las informaciones obtenidas en los diarios de campo (**ver anexo 4. Diarios de campo**), las informaciones encontradas en el marco teórico, y las informaciones que se obtuvieron en las entrevistas iniciales no estructuradas realizadas a tres funcionarios de instituciones carcelarias y a un monitor de uno de los patios trabajados.

Gracias a las distintas situaciones que se encontraron en los diarios de campo, estas se agruparon por categorías, subcategorías y por reiteración de situaciones, estas últimas en agrupación de situaciones similares, (**ver anexo 6, Clasificación de las informaciones**), para posteriormente relacionar las tres informaciones mencionadas identificando aspectos convergentes sobre las diferentes situaciones identificadas y sus significados.

4.1.4.4. *Etapas de desarrollo de la propuesta deportiva*

Para poder llevar a cabo el desarrollo de la propuesta deportiva se plantearon cuatro momentos establecidos sistemáticamente:

1ª etapa: diseño la propuesta deportiva.

2ª etapa: ajustes de la propuesta deportiva.

3ª etapa: implementación de la propuesta deportiva.

4ª etapa: retroalimentación de la propuesta deportiva.

Estas etapas se explicarán a continuación:

4.1.4.4.1. *Diseño de la propuesta deportiva*

La propuesta deportiva se construyó antes de ir por primera vez a la cárcel a dialogar con el Coordinador de deportes el señor Laurencio Blanco, para lograr realizar la propuesta se tuvieron en cuenta los aspectos encontrados en la revisión documental como prácticas deportivas y actividades físicas realizadas en las cárceles, enfoques de trabajo con poblaciones en condición de encierro, las características de la población adulto mayor y las recomendaciones para trabajar con esta población, y por último los materiales y espacios disponibles para trabajar.

4.1.4.4.2. *Ajustes de la propuesta deportiva*

Los ajustes se realizaron luego de tener el primer encuentro con el señor Laurencio Blanco donde además de contarle sobre el proyecto investigativo y mostrarle tanto la propuesta de trabajo como la convocatoria (**ver anexo 3. Propuesta La modelo y anexo 7. Convocatoria La Modelo**) pudimos conversar sobre las prácticas deportivas que allí se realizaban, la frecuencia con que se desarrollaban, los fines que estas buscaban, las salidas a la cancha (que se daban con un permiso tramitado), los materiales con que se contaba; y al tener un primer acercamiento con las Personas Privadas de la Libertad me dijeron lo que les gustaría que hiciéramos con respecto a prácticas deportivas como calistenia, aeróbicos, rumba y actividad que tuviera que ver con música, así, se planificaron 13 sesiones de práctica (**ver anexo 5. Sesiones de practica**) para el segundo semestre del 2018.

4.1.4.4.3. *Implementación de la propuesta deportiva*

Se realizaron los ajustes pertinentes de la propuesta y se comenzaron las prácticas deportivas, lo cual no impidió que se incluyeran actividades de interés de las Personas Privadas de la Libertad ajustándose aún más a las necesidades reales de la población, la segunda fase de implementación de la propuesta estaba planeada para el primer semestre del 2020 entre los meses de Marzo y Abril, pero por la situación de pandemia del virus covid-19 no fue posible continuar con la implementación.

4.1.4.4. Retroalimentación de la propuesta deportiva

La retroalimentación no se llevó a cabo como se había planeado con las entrevistas no estructuradas a la población carcelaria, ya que esta se realizaría después de concluir la tercera etapa y no fue posible concluirla, por esta razón se tuvieron en cuenta las informaciones de: los diarios de campo, de 4 entrevistas iniciales no estructuradas realizadas a un monitor del patio de Tercera Edad, al señor Laurencio Blanco, a una funcionaria del INPEC y a un psicólogo del Sena que trabaja en la Modelo; y del marco teórico, para el análisis de la información.

“La investigación como cualquier otra actividad, es no solo una manera de conocer el mundo sino también de conocerse a sí mismo” (Deslauriers, J, 2004) (p.122)

5. Capítulo V

5.1. Análisis de la información

5.1.1. Triangulación de la información

A continuación se realizará el análisis de la información a través de la triangulación de la información relacionando las informaciones obtenidas en los diarios de campo (**ver anexo 4. Diarios de campo**), las informaciones encontradas en el marco teórico, y las informaciones que se obtuvieron en las entrevistas iniciales no estructuradas realizadas a

tres funcionarios de instituciones carcelarias y a un monitor de uno de los patios trabajados.

Gracias a las distintas situaciones que se encontraron en los diarios de campo, estas se agruparon por categorías, subcategorías, categorías emergentes (estas surgieron en la clasificación de la información), y por reiteración de situaciones, estas últimas en agrupación de situaciones similares, (**ver anexo 6, Clasificación de las informaciones**).

5.1.2. La Convivencia

Esta categoría se analizó desde las tres sub-categorías que la conforman para su mayor comprensión, estas sub-categorías son: la comunicación, la diversidad y la metacognición.

5.1.2.1. La comunicación

La comunicación se manifestó en cuatro agrupaciones de situaciones reiteradas:

- Las interacciones que tuvieron las Personas Privadas de la Libertad entre ellos mismos y conmigo a través del lenguaje verbal y gestual; y las intervenciones que realicé para dar las indicaciones generales de cada sesión y las correcciones técnicas a realizar.
- Las interacciones que tuve con los profesionales que trabajan en la Cárcel como los coordinadores deportivos, el psicólogo y los profesores del IDRDR.
- El saludo y la despedida en cada sesión de prácticas que en algunos momentos se daba de mano y otras solo de voz.
- Las dificultades que se presentaron en cuanto a comunicación por no tener la información clara o por no hacerla llegar al destinatario a tiempo.

5.1.2.2. La metacognición

La metacognición se manifestó en tres agrupaciones de situaciones reiteradas:

- La regulación de la fuerza al realizar los ejercicios para no hacerle daño al compañero y para conseguir los objetivos motrices propuestos.
- El uso de los materiales que si bien es escaso debíamos cuidarlos para poder trabajar.
- El grado de conciencia y conocimiento acerca de las ejecuciones técnicas de varios deportes; el conocimiento sobre la deficiencia del material cuando está desgastado; y el grado de conocimiento hacia mi persona por parte de los funcionarios de la cárcel que les generó confianza hacia mí.

5.1.2.3. *La diversidad*

La diversidad se manifestó en una agrupación de situaciones reiteradas:

- Si bien cada persona tiene características diferentes se pudieron evidenciar momentos donde la diversidad se apreciaba de manera más explícita como en la participación de dos señores que se encontraban en muletas, o en la participación de un compañero africano, y en las personas zurdas, donde se adaptaron los ejercicios cuando era necesario y pudimos realizar las actividades sin contratiempos.

5.1.3. *La Participación*

La categoría participación se analizará desde dos grupos de manifestaciones: una es la participación interactiva y la otra es la participación pasiva, reconociendo que muchas situaciones no se mantuvieron en una sola manifestación sino que transitaron de un lugar a otro:

5.1.3.1. *La participación interactiva*

La participación interactiva se manifestó en tres agrupaciones de situaciones reiteradas:

- En las propuestas que me hacen las Personas Privadas de la Libertad sobre nuevas prácticas que les gustaría realizar; y el integrar a un compañero cuando se queda sin tocar el elemento de juego (balón, raqueta, fuchi, etc.) por un buen rato.
- La cantidad de participantes en las prácticas que fue aumentando desde el inicio hasta el final de cada práctica.
- Mi participación en situaciones no programadas como el calentar con algunos internos en los Juegos Penitenciarios; el poder servir de apoyo en las actividades del IDRD; y la participación de las personas nuevas que si bien eran más tímidas al inicio, con el paso de los minutos iban tomando confianza y participaban de forma más espontánea.

5.1.3.2. *La participación pasiva*

La participación pasiva se manifestó en tres agrupaciones de situaciones reiteradas:

- La observación de las practicas por parte de algunos internos que si bien no realizaban ejecuciones, si nos ponían cuidado y nos animaban; la observación por parte de un monitor de patio y del señor Laurencio quienes manifestaron que nos habían observado desde arriba y que muy pocas veces veían tan animados a los compañeros; y la indagación por parte de los internos acerca de las prácticas deportivas cuando me vieron por primera vez.
- Mi posibilidad de participar en diferentes situaciones relacionadas y no relacionadas con prácticas deportivas, como en los Juegos Penitenciarios, en las actividades con el IDRD y en las entrevistas iniciales que pude realizar.
- El trabajo articulado de los funcionarios de la cárcel con los demás profesionales que allí trabajan; el apoyo de algunos internos que son los monitores de actividades educativas y deportivas; el apoyo de personas de Derechos Humanos; la ayuda de la población carcelaria general al colaborar en lo que se necesite y de los estudiantes que gracias a convenios pueden realizar sus prácticas en la cárcel.

Las categorías emergentes surgen de la realización de la clasificación de la información del diario de campo al encontrar la reiteración de situaciones, estas se analizarán de la misma manera, entre la relación de lo teórico con la información del diario de campo y las entrevistas iniciales realizadas; las categorías emergentes encontradas fueron: alegría (felicidad), cooperación y compañerismo, motivación y auto-eficacia.

5.1.4. La Alegría (felicidad)

La alegría se manifestó en una agrupación de situaciones reiteradas:

- Las sonrisas encontradas en las Personas Privadas de la Libertad no solo al realizar las prácticas sino un rato después cuando me alisto a salir del patio; el buen semblante y el ánimo de los que participan interactiva y pasivamente; la alegría y felicidad que se genera al lograr los objetivos motrices.

5.1.5. La Cooperación y el Compañerismo

La cooperación y el compañerismo se manifestaron en una agrupación de situaciones reiteradas:

- El apoyo que se dan los mismos internos cuando a uno de sus compañeros se le dificulta realizar algún ejercicio; la ayuda por parte de los internos para trasladar los materiales, armar y desarmar las mesas en el torneo de tenis de mesa de los Juegos Penitenciarios; la colaboración que me brindan los monitores de patio y algotros internos para el buen desarrollo de las prácticas deportivas; el pasar rápido los materiales de trabajo por parte de los internos para dar fluidez a los ejercicios propuestos; el feedback correctivo brindado por los mismos

compañeros hacia los que se les dificultaban los ejercicios para mejorar y lograr realizar esos objetivos.

5.1.6. La Motivación

La motivación se manifestó en una agrupación de situaciones reiteradas:

- La alta disposición con la que los participantes realizaron las actividades deportivas; la concentración mostrada al realizar algunas actividades de precisión como el lanzamiento de las “Boccias” o la realización de las figuras con los globos y los faroles navideños; y la manifestación explícita del interés en asistir a las prácticas deportivas.

5.1.7. La Autoeficacia

La autoeficacia se manifestó en una agrupación de situaciones reiteradas:

- Se observó que las personas estaban más activas, tratando de lograr hacer los ejercicios y las manualidades, incluso a los más mayores aunque les tomó más tiempo conseguirlo; el lograr realizar los objetivos motrices gracias a las repeticiones y a las explicaciones de los compañeros.

5.1.8. Interpretación de las informaciones

5.1.8.1. *La Convivencia*

La convivencia se presenta en todo momento, ya que se parte de que las Personas Privadas de la Libertad habitan el mismo lugar, al cual cada uno de ellos le da un sentido y tiene un significado para sí, según las experiencias que allí han vivido como lo expresa Páramo (2004). (Páramo, P, 2004) (p.95), además de compartir con sus compañeros de patio, lo hacen con la guardia, con los visitantes y con los practicantes de instituciones en menor medida, por ello se puede evidenciar que hay una convivencia armónica que es una de las posibilidades que menciona (Cuadrado, S, 2017) citando a Batubenge,

Mancilla, y Panduro (S. F.) (p.37), no se evidenciaron conflictos que pasaran a algún tipo de violencia como la verbal o física, por ello se puede concluir que la población adulto mayor tiene un alto nivel de tolerancia y respeto para con todas las personas con que interactúan, si las relaciones no se dieran de esta manera vivirían agarrados como lo manifestó en la entrevista la señora Floralba Rodríguez, las tensiones que se presentaron en las practicas surgieron allí mismo pero no pasaron a mayores como el pegarle con una fuchi o un balón a un compañero sin mala intención, es decir que el grupo hacia la lectura del contexto deportivo y de la no mala intención y no colocaban problemas por esos hechos, también se puede deducir que sus niveles de tolerancia se incrementaron y el vínculo convivencial con sus compañeros se vio fortalecido.

5.1.8.1.1. La Comunicación

- Las interacciones que tuvieron las Personas Privadas de la Libertad entre ellos y conmigo a través del lenguaje verbal y gestual (corporal); y las intervenciones que realicé para dar las indicaciones generales de cada sesión, y las correcciones técnicas a realizar.

Entre los internos la comunicación se daba de varias maneras, una como la forma natural de relacionarse con el otro es decir, sin groserías o dobles-sentidos pero en el desarrollo de las practicas se hacían bromas y burlas que se recibían de buena manera sin llegar a ofender al otro, es decir como lo mencionan Hiebsch y M. Vorweg (1987) citados por Sivila (2004) hay una afectación por parte del o de los receptores pero esta fue hacerles sacar una sonrisa y hacerlos sentir parte del grupo. (Sivila, E, 2004) (p.12).

La comunicación conmigo se dio respetuosamente, si bien yo era el que colocaba los ejercicios y hablaba en primera medida, a lo largo de las prácticas teníamos momentos de dialogo en donde intercambiábamos percepciones, formas de ejecutar los movimientos y risas, yo también hacia bromas como cuando me dejaban a mí un buen rato sin pasarme el

balón o la fuchi y les decía que si me habían sacado del juego con cara triste, entonces se reían y me pasaban el elemento.

En una ocasión la comunicación se llevó a cabo de manera verbal, gestual y escrita con un monitor de patio, el señor José quien me permitió dialogar y hacerle una entrevista para conocer sus percepciones sobre las prácticas deportivas que yo estaba realizando, cabe destacar que esta entrevista no fue planeada con anterioridad sino que se pudo hacer porque yo siempre llevaba un formato de entrevista inicial para cuando se presentara la oportunidad de hacerla y casualmente me encontré al monitor José y ese día no me permitieron ingresar al patio a realizar la práctica.

- Las interacciones que tuve con los profesionales que trabajan en la Cárcel como los coordinadores deportivos, el psicólogo y los profesores del IDR D

La comunicación se desarrolló de manera verbal, gestual y escrita con un profesional y con algunos funcionarios que trabajan en la cárcel que me permitieron dialogar y hacerles entrevistas para conocer sus percepciones sobre las prácticas deportivas que yo estaba realizando, acercándonos un poco a lo que mencionan (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.7) sobre el estado actual de la población y el estado al que se aspiraba llegar con las prácticas deportivas pues varios profesionales manifestaron que el más grande logro sería la resocialización pero donde desde las diferentes acciones más concretas como la comunicación que se generó en las prácticas se pudo ver el gran avance hacia ese objetivo como también lo expreso el señor Laurencio Blanco.

A la profesora del IDR D me la habían presentado en la oficina del señor Laurencio, a ella no le alcance a realizar una entrevista pero pudimos intercambiar algunas palabras en ese momento y en el taller de globoflexia y manualidades, ella me pidió el día del taller que si podía apoyar al profesor del cuarto piso que estaba solo como si nos conociéramos hacía mucho tiempo, esto se pudo dar por la empatía que los profesores desarrollan hacia

otros profesores y más si están vinculados con su área de trabajo; con el profesor que estaba solo, dirigiendo la actividad en el cuarto piso le conté que iba de la Pedagógica y dialogamos muy bien, me trato con gran confianza pero a él si no lo había visto; con la otra profesora que se encontraba en el tercer piso no tuvimos gran dialogo, ella siguió dirigiendo la actividad de los faroles pero no me alcancé a presentar con ella, estas actividades también son parte de los convenios con instituciones como el IDRDR y permiten cambiar de ambiente y disminuir los índices de estrés como lo mencionó la señora Floralba Rodríguez.

- El saludo y la despedida en cada sesión de prácticas que en algunos momentos se daba de mano y otras solo de voz.

Si bien la comunicación también es la forma más utilizada para interactuar con todas las personas como lo mencionan Predvechni. y Sherkovin. (2012) citados por (Sivila, E, 2004) (p.12) y como se evidenció en las prácticas, esta se presentó de diferentes maneras como el saludo de mano que los monitores me ofrecieron todo el tiempo al llegar a los patios o al salir de estos; el saludo de mano que se fue creando con las personas que participaron en las prácticas que si bien en un inicio predominaba la forma verbal al transcurrir los días ya muchos me ofrecían su saludo de mano directamente al llegar al patio y al irme: podemos relacionar estas situaciones con la confianza que se llegó a generar entre las Personas Privadas de la Libertad y el orientador en las cuales se manifestó en la cercanía y el contacto físico tanto en el saludo y la despedida como en el desarrollo de las practicas reconociendo que estas manifestaciones no se presentan tan abiertamente en otras culturas como en la anglosajona (Lutz, B, 2008) ni en la cultura oriental.

- Las dificultades que se presentaron en cuanto a comunicación por no tener la información clara o por no hacerla llegar al destinatario a tiempo.

En algunas ocasiones la información no le había llegado al señor Laurencio para que me hubiera avisado que no se podía ingresar a los patios a realizar las prácticas, pero en otras ocasiones él ya sabía de estas situaciones pero se le pasó avisarme, podemos interpretar que la comunicación en algunos momentos se vio resquebrajada interrumpiendo el proceso que se estaba realizando con la población carcelaria, pero a su vez me permitió tomar esos espacios para conocer varias percepciones de funcionarios y de un interno, que quizás si las prácticas se hubieran desarrollado con normalidad yo no hubiera podido obtener esas informaciones.

5.1.8.1.2. *La Metacognición*

- La regulación de la fuerza al realizar los ejercicios para no hacerle daño al compañero y para conseguir los objetivos motrices.

Estas acciones dan cuenta de que algunos internos no podían controlar su fuerza tal vez porque no lo habían tratado de hacer intencionalmente, pero con las indicaciones que se dieron se logra no solo regular la fuerza sino como consecuencia evitar golpear a los compañeros y lograr los objetivos motrices propuestos, en este sentido nos plantean Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz. (2004) sobre el conocimiento que tienen algunos internos acerca del propio proceso que realizan y sobre sus resultados. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

- El uso de los materiales que eran escasos y debíamos cuidar para poder seguir trabajando.

El grado de conciencia es variable en cuanto al uso de los materiales, si por una parte se quiere utilizar un buen material, por la otra en ocasiones no se vela por el cuidado del mismo como en la situación en que mandaron un balón de fútbol al tejado; o en el préstamo de la raqueta al compañero en el torneo de tenis de mesa, si bien los que tenían raqueta propia no siempre la prestaban, puesto que si alguno la dañaba no había una

certeza sobre cómo le iba a responderle al compañero por esa raqueta; al realizar las manualidades tenían paciencia porque sabían que el material tocaba compartirlo y debían esperar a que el compañero lo desocupara, en ese sentido Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz. (2004) nos permiten visualizar que existe una comprensión tanto de la situación propia como a nivel grupal y le dan manejo para lograr hacer las figuras haciendo algotro paso si es posible o esperando a que desocupen el material. (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

- El grado de conciencia y conocimiento acerca de las ejecuciones técnicas de varios deportes; el conocimiento sobre la deficiencia del material cuando está desgastado; y el grado de conocimiento de mi persona por parte de los funcionarios de la cárcel que les generó confianza hacia mí.

Como varios internos habían realizado prácticas deportivas a lo largo de sus vidas tenían conocimiento sobre las técnicas de algunos deportes, por ello podían corregir a los compañeros que se les dificultaban los ejercicios, esto nos demuestra un dominio sobre unas temáticas por parte de un grupo de la población como lo mencionan (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005).

5.1.8.1.3. *La Diversidad*

- Si bien cada persona tiene características diferentes se pudieron evidenciar momentos donde la diversidad se apreciaba de manera más explícita como en la participación de dos señores que se encontraban en muletas, o en la participación de un compañero africano, y en las personas zurdas, donde se adaptaron los ejercicios cuando era necesario y pudimos realizar las actividades sin contratiempos.

Estas situaciones nos permiten identificar momentos en los cuales la diversidad fue claramente protagonista en las prácticas y se notó como la interacción con estas personas

enriqueció las situaciones, es decir les apporto un aspecto de asombro en los casos de las personas con muletas quienes realizaban una ejecución y no se les pedía desplazarse las mismas distancias que los compañeros, en el caso de contar con el compañero africano, esta situación permitió la interacción más explícita de las diversas formas de ser de los compañeros con él, pues ellos le hacían bromas en inglés y en español de manera muy espontánea yo llegando a creer que se iba a molestar porque lo estaban desconcentrando pero no fue así, él se reía también entre puntos y seguía en sus partidos, para el caso de las personas zurdas se invirtieron los ejercicios cuando fue necesario y pudieron trabajar normalmente, este es uno de los objetivos que planteó el señor Laurencio Blanco: el lograr la inclusión de diferentes tipos de población y permitirles recrearse en espacios deportivos.

En conclusión cada una de las sub-categorías nos permite dar cuenta de cómo se desarrolló el proceso convivencial, desde el saludo verbal y el distanciamiento social moderado hasta el saludo de mano permanente y la cercanía física; donde mucha más población quería participar llegando menos predispuestos a las posibles burlas de los compañeros, sino tomándolo como un espacio para compartir en equipo, donde la tolerancia en un primer momento se manifestó pero esta se fue fortaleciendo y se llegó al respeto incluso con las expresiones desinhibidas y espontáneas que suscitaron algunos momentos muy emotivos en las prácticas y en su desarrollo en general, así mismo le ha sucedido al señor Laurencio a quien en el momento de llegada de algunos internos nuevos le han hablado gritado pero luego de que se enteran que él es el Coordinador deportivo y ven su gran labor le piden disculpas y es como si comenzara una nueva relación, al monitor José le ocurren situaciones similares, a veces él está dirigiendo un taller de alfabetización y alguna de las personas que no entiende la temática levanta mucho la voz, él resuelve este tipo de conflictos de manera dialogada y educada.

La percepción sobre la convivencia por parte de la señora Floralba Rodríguez se manifiesta con mucho respeto y confianza, ya que por una parte el respeto debe estar presente para poder desarrollar cualquier actividad sin hacer sentir mal a los demás,

también la ven a ella como una gran ayudante en su proceso de resocialización y en la asesoría sobre algunos procedimientos jurídicos.

El psicólogo también es visto como una gran ayuda para las personas Privadas de la Libertad, su convivencia con ellos se desarrolla con respeto y confianza, ya que también les puede ayudar mucho y los puede encaminar hacia un proyecto de vida, según su experiencia, por haber tanto tipo de población se hace complicada la convivencia entre ellos, muchos quieren imponer sus leyes internas y los demás deben aceptarlas para evitar problemas.

La confianza que se fue creando a través de las prácticas fue otro aspecto a resaltar, ya que aunque solo se realizaba una práctica a la semana por cada patio, se generó mucha confianza para llegar a contarme cosas personales como de su familia, de su proceso en la cárcel y de sus historias de vida.

5.1.8.2. *La participación*

La categoría participación se analizará desde dos grupos de manifestaciones: una es la participación interactiva y la otra es la participación pasiva, reconociendo que muchas situaciones no se mantuvieron en una sola manifestación sino que transitaron de un lugar a otro:

5.1.8.2.1. *La Participación Interactiva*

- En las propuestas que me hacen las Personas Privadas de la Libertad sobre nuevas prácticas que les gustaría realizar; y el integrar a un compañero cuando se queda sin tocar el elemento de juego (balón, raqueta, fuchi, etc.) por un buen rato.

Son varias las formas de participación que se evidenciaron pero una de las más destacables fue la realización de propuestas por parte de las Personas Privadas de la Libertad sobre actividades deportivas que les gustaría realizar, esta situación se interpreta

con el sentido que expresa Díaz. (1982) citado por (Barrientos, M, 2005) donde los participantes toman parte en las decisiones que los afectan directamente haciendo uso de su derecho a la participación, que en espacios de encierro como la cárcel es difícil que se puedan manifestar estos anhelos y aún más difícil que se logren tener en cuenta.

- La cantidad de participantes en las prácticas que fue aumentando desde el inicio hasta el final de cada práctica.

Si bien estas situaciones nos muestran que la cantidad de participantes aumentó desde el inicio de cada práctica hasta su finalización lo que podemos destacar es que como estas prácticas no permiten redimir tiempos de condena como si lo permiten las educativas y los talleres, las prácticas en sí mismas fueron llamativas y del agrado de las personas, si algunas se integraban después de dar inicio a la práctica del día porque estaban en otros talleres o porque tuvieron que salir a algún trámite judicial, tan pronto como se desocupaban se acercaban y se integraban al grupo, esto permitió crear rutinas de trabajo que generaron expectativas permanentemente, también cabe destacar la participación de población general quienes se acercaron y me preguntaron que si podían participar, estos tipos de participación se ven desarrollados como lo plantea Barrientos. (2005) en la escala de la participación donde si bien al inicio se puede dar una participación pasiva se llega a una participación interactiva y de autodesarrollo. (Barrientos, M, 2005).

- Mi participación en situaciones no programadas como el calentar con algunos internos en los Juegos Penitenciarios; el poder servir de apoyo en las actividades del IDRD; y la participación de las personas nuevas que si bien eran más tímidas al inicio, con el paso de los minutos iban tomando confianza y participaban de forma más espontánea.

Las Personas Privadas de la Libertad cuando se integraban al grupo de las prácticas lo hacían de manera tímida pero con el desarrollo de las mismas se les podía observar un mayor nivel de confianza y una participación más interactiva, haciendo intervenciones

verbales como bromas, chistes y risas compartidas y en las mismas prácticas se les veía más activos y pendientes de lo que había que hacer, fue interesante ver como en una misma práctica se pasaba de una participación pasiva a una participación interactiva. (Barrientos, M, 2005) (p.4).

5.1.8.2.2. *La Participación Pasiva*

- La observación de las prácticas por parte de algunos internos que si bien no realizaban ejecuciones sí nos ponían cuidado y nos animaban; la observación por parte de un monitor de patio y del señor Laurencio quienes manifestaron que nos habían observado desde arriba y que muy pocas veces veían tan animados a los compañeros; y la indagación por parte de los internos acerca de las prácticas deportivas cuando me vieron por primera vez.

La participación pasiva se dio en varios momentos que se evidenciaron en el diario de campo, si bien muchas personas nos ven en las actividades por estar utilizando un mismo espacio, no todos se nos quedan viendo por un largo tiempo pero algunos de los que nos observaron permanentemente se comenzaron a sentir parte de las prácticas y así mismo les respondieron sus compañeros y el orientador, con sonrisas e intercambio de palabras y bromas.

- Mi posibilidad de participar en diferentes situaciones relacionadas y no relacionadas con prácticas deportivas, como en los Juegos Penitenciarios, en las actividades con el IDRD y en las entrevistas iniciales que pude realizar.

Aunque en un primer momento yo solo orientaba las prácticas deportivas, con el paso del tiempo, la comunicación y la confianza generada, me pude enterar de diferentes actividades en las que al menos se me permitiría acompañar, pero en donde pude participar de manera más interactiva, realizando con agrado los objetivos que se me pidieron y colaborando en la organización y el desarrollo de las mismas, en ese sentido

pude participar desde mi perfil como estudiante de deporte como lo aclaran Robirosa y otros (1990) citados por (Barrientos, M, 2005) sin desligarme de la parte humana que todo el tiempo está siendo tocada y reflexionada por las diferentes situaciones que se presentaron que no son de habitual recurrencia para mí como el aislamiento que las personas más mayores se autoimponen, o la indefensión y la ternura que se percibe en algunas personas por su avanzada edad, esta situación de participación también las ha vivido el señor Laurencio Blanco quien ha participado en las carreras de atletismo para que los internos se motiven al ver un funcionario correr y se retengan a competir con él.

- El trabajo articulado de los funcionarios de la cárcel con los demás profesionales que allí trabajan; el apoyo de algunos internos que son los monitores de actividades educativas y deportivas; el apoyo de personas de Derechos Humanos; la ayuda de la población carcelaria general al colaborar en lo que se necesite y de los estudiantes que gracias a convenios pueden realizar sus prácticas en la cárcel.

Aunque los protagonistas de las prácticas deportivas fueron en su mayoría las personas adultas mayores de la Cárcel, los que conforman los distintos grupos tras bambalinas son muchas personas entre profesionales de distintas instituciones, estudiantes, practicantes y administrativos para que se logre un funcionamiento continuo y eficaz de los procesos que se deben llevar a cabo, por esto el trabajo articulado se ve reflejado en las prácticas que se pudieron llevar a cabo como en las de este proyecto, los talleres educativos, las intervenciones del psicólogo, las salidas a la capilla y a los conciertos, es decir una serie de actividades que buscan incidir en los internos si bien bajando sus niveles de estrés en la inmediatez como lo manifestó la señora Floralba Rodríguez, acercándose a pasitos hacia los objetivos más deseados que son la resocialización y resignificación de las Personas Privadas de la Libertad.

- La participación del monitor José, de los monitores de patio y de las demás personas de los comités como el de Convivencia y el de Derechos Humanos es fundamental porque permite organizar los grupos para realizar los diferentes

talleres, asesoran a las personas en algunos procedimientos jurídicos o las remiten a donde las puedan ayudar.

Si bien la participación en todas las prácticas deportivas se dio de manera voluntaria, las personas se irradiaban con el ambiente generado y se acercaban para participar, así, el número de participantes interactivos y pasivos aumentó sintiéndose cada vez más libres de expresar sus comentarios sobre las prácticas, sus formas de interactuar con los compañeros y conmigo, y las formas de animarnos y molestarnos entre todos.

A continuación se analizarán las categorías emergentes, que surgieron en la clasificación de la información, estas son: alegría (felicidad), cooperación y compañerismo, motivación y autoeficacia.

5.1.8.3. *La Alegría (felicidad)*

- Las sonrisas encontradas en las Personas Privadas de la Libertad no solo al realizar las prácticas sino un rato después cuando me alisto a salir del patio; el buen semblante de ánimo de los que participan interactiva y pasivamente; la alegría y felicidad que se genera al lograr los objetivos motrices.

El aumento del ánimo en los adultos mayores fue evidente, cuando yo llegaba al patio ya algunos me estaban esperando y me recibían con agrado; la alegría que generaba lograr los ejercicios en las prácticas deportivas como de igual manera ocurrió en el taller de globoflexia y las manualidades cuando lograban realizar la figura con el globo y el farol se veía una alegría y un semblante muy diferente de querer encarar un nuevo reto, como lo mencionan (Bohórquez, M; García, A; Lorenzo, M, 2013) (p.6) la felicidad se pudo evidenciar cuando tras pasar varios días desde la anterior práctica se recibía una población con una sonrisa en su rostro, una energía tremenda, me preguntaban que íbamos a trabajar el día de hoy y que arrancáramos de una vez; en las mismas prácticas y en las interacciones con los compañeros y con el orientador; el aprender nuevos

movimientos y poder utilizarlos, o al no poder realizar lo que se proponía ya que generaba risa pero en ningún momento se manifestó la frustración.

5.1.8.4. *La Cooperación y el Compañerismo*

- El apoyo que se dan los mismos internos cuando a uno de sus compañeros se le dificulta realizar algún ejercicio; la ayuda por parte de los internos para trasladar los materiales, para armar y desarmar las mesas en el torneo de tenis de mesa de los Juegos Penitenciarios; la colaboración que me brindan los monitores de patio y algotros internos para el buen desarrollo de las prácticas deportivas; el pasar rápido los materiales de trabajo para dar fluidez a los ejercicios propuestos por parte de los internos; el feedback correctivo brindado por los mismos compañeros a los que se les dificultaban los ejercicios para mejorar y lograr realizar los objetivos motrices.

En varias de las acciones que se presentaron se pudo evidenciar la cooperación como cuando se pasaban rápido el material para dar fluidez a los ejercicios o en el traslado del material de un lugar a otro y el compañerismo se manifestó cuando le explicaban verbalmente y con demostraciones a los compañeros que no podían realizar los ejercicios, así, se evidenció que no fue determinante realizar prácticas deportivas de conjunto para evidenciar manifestaciones de cooperación y compañerismo sino que las mismas condiciones de no lograr hacer un movimiento o de tener que pasar el material rápidamente daban como resultado acciones cooperativas y de compañerismo como lo expresan Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz (2004) “la capacidad de asociatividad genera formas de cooperación que van desde la buena vecindad hasta los acuerdos nacionales entre las principales fuerzas políticas y sociales” (Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.13).

5.1.8.5. *La Motivación*

- La alta disposición con la que los participantes realizan las actividades deportivas; la concentración mostrada al realizar algunas actividades de precisión como el lanzamiento de las “Boccias” o la realización de las figuras con los globos y los faroles navideños; y la manifestación explícita del interés en asistir a las prácticas deportivas.

Reconociendo que la salud fue uno de los factores motivantes para participar en las prácticas deportivas de los adultos mayores en el artículo Motivación al deporte en adultos y personas mayores que practican Cachibol de (Cabrera, J; Colunga, C; García, J; Jáuregui, E; Reynaga, P; Viver, G, 2017), en este caso se evidenciaron diferentes motivaciones como el realizar algunas prácticas que hacía mucho tiempo no se realizaban o aprender de las mismas si durante su vida no se solía realizar ninguna práctica deportiva, la motivación de exigirse y lograr una tarea determinada ya fuera motriz o cognitiva, y el gusto que le tomaron a las prácticas por sí mismas, al ver como se desarrollaban estando allí participando.

5.1.8.6. *La Autoeficacia*

- Se observó a las personas más activas tratando de lograr hacer los ejercicios y las manualidades, incluso a los más mayores aunque les tomó más tiempo conseguirlo; el lograr realizar los objetivos motrices gracias a las repeticiones y explicaciones de los compañeros.

La autoeficacia en la población adulto mayor como lo mencionan Reigal, R. y Videra, A. (2013, p. 108) de (Bandura, 1977, 1982, 1986) citados por (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012) permite tener una valoración de sí mismos según las posibilidades de realizar diferentes tareas tanto cotidianas como específicas con éxito: si bien el poder desplazarse de un lugar a otro por sí mismos es una de las capacidades más importantes, el lograr mantener la coordinación para bañarse, comer, vestirse y cepillarse entre otras

también les va a dar una percepción de autoeficacia que determina en gran parte su calidad de vida, en el caso de las prácticas deportivas se evidenció que al lograr realizar los ejercicios con éxito las personas reflejaron esa autoeficacia en su semblante, de igual manera ocurrió en el taller de globoflexia y manualidades cuando lograban realizar la figura con el globo, y el farol, se percibió un semblante de autoeficacia y su lenguaje corporal transmitía un “yo sí puedo hacerlo”.

6. Capítulo VI

6.1. Conclusiones

- Se identificaron varios cambios convivenciales, comenzando por la forma del saludo que me brindaban las Personas Privadas de la Libertad que al comienzo de las prácticas era verbal y el distanciamiento social moderado que se mantenía se fue transformando, hasta el llegar a saludarnos de mano permanentemente y mantener mayor cercanía y contacto físico.
- Las prácticas deportivas generaron procesos comunicativos tanto verbales como gestuales (corporales), invitando al compañerismo, a la cooperación y al trabajo en equipo, permitiendo aumentar las manifestaciones de participación y permitiendo fortalecer los vínculos que se crean permanentemente entre todos los actores del proceso como Personas Privadas de la Libertad, funcionarios, guardas, y orientadores.
- Se evidenció un trato más cercano de los internos hacia la guardia a la hora de recibirlos en el patio y con las personas que repartían los alimentos. Con el señor Laurencio se observaron cambios desde el saludo hasta las conversaciones, pues al comienzo lo saludaban muy rápidamente y con el pasar de las prácticas lo recibían con mayor aprecio y alegría, ya que él facilitó la realización de las prácticas deportivas y los materiales para su desarrollo.

- Se evidenciaron menos prejuicios por parte de las Personas Privadas de la Libertad hacia las burlas que se pudieran dar por parte de los compañeros que los observaban en las prácticas, así como también se evidenciaron menos prejuicios a burlas por parte de los compañeros nuevos que se integraban al grupo; pasando de solicitar que realizáramos las prácticas en el edificio hasta llegar a proponer que las realizáramos en el patio; se observó una mayor predisposición de los participantes para tomar las prácticas como espacios para compartir en equipo.
- Se identificó que las prácticas deportivas permitieron disminuir el estrés que se genera por el encierro a través de manifestaciones personales que se generaron en las prácticas como la espontaneidad, los gritos de celebración, las situaciones de recocha y los mismos fallos.
- Se alcanzaron altos niveles de respeto incluso en situaciones muy emotivas y en las prácticas en general con expresiones desinhibidas y espontáneas partiendo de la tolerancia donde esta se fue fortaleciendo y se desarrolló llegando al respeto. La confianza que se fue creando es otro aspecto a resaltar, ya que aunque solo se realizaba una práctica a la semana en cada patio se generó mucha confianza para llegar a contarme cosas personales como de su familia, de su proceso en la cárcel y de sus historias de vida: el invitarme a una práctica de tenis de mesa en horario extra prácticas, el prestarnos entre todos las raquetas y pinpones propios, el poder utilizar los materiales de trabajo por parte de otros grupos de la población general para practicar en nuestro mismo horario sin que estos se perdieran son manifestaciones que demostraron un mayor grado de confianza entre todos los actores de las prácticas deportivas como Personas Privadas de la Libertad, funcionarios, guardas, y orientadores.
- La participación interactiva aumentó de diferentes maneras: una llegando a darse varios casos en los que las personas pasaron de la sola participación observativa

hasta la participación con los compañeros de manera espontánea e interactiva: otra manifestación de participación interactiva se observó en el poder expresar sus preferencias y gustos deportivos para realizar nuevas actividades en las prácticas: el expresar su interés en poder cambiar de lugar yendo a la cancha de fútbol y el interés en asistir a los torneos de los Juegos Penitenciarios.

- La participación evidenciada en el aumento de los grupos de práctica cada día, sabiendo que esta actividad no permite redimir tiempos en la cárcel, sino por voluntad propia y por irradiación del ambiente alegre y festivo que se logró desarrollar en las prácticas; algunas personas primero observaron cómo se realizaban las prácticas y luego sí nos manifestaron su interés en participar en ellas. Otra manifestación de participación interactiva fue la integración a nuestro grupo, por parte de personas de la población general quienes también pudieron hacer parte de las prácticas.
- Se identificaron manifestaciones de participación pasiva al haber personas que nos observaban y no se decidieron a participar interactivamente pero todo el tiempo nos animaban e interactuaban con risas y bromas: cabe mencionar que algunas personas solo nos observaban porque estábamos en un lugar en común pero ellos seguían en sus actividades como jugando parques, dialogando, o tomando tinto. Otra manifestación de participación “pasiva” se dio por parte de los profesionales de distintas instituciones que allí trabajan; la participación de estudiantes, practicantes y de administrativos que permite que se logre un funcionamiento continuo y eficaz de los procesos que se deben llevar a cabo en la cárcel La Modelo: si bien estas actividades son programadas por personas diferentes a los internos, sin ellas ninguno de los programas propuestos se podría llevar a cabo en mayor o menor medida.
- Las prácticas deportivas generaron alegrías y felicidad en los participantes pasando de un estado de ánimo neutral a un estado activo, esto se evidenció

cuando lograban o no realizar los ejercicios propuestos, pues es allí donde se observó el enfoque no competitivo sino integrativo y recreativo de las prácticas deportivas propuestas; al presenciar situaciones graciosas como errores en las ejecuciones o el no entender las indicaciones de los compañeros, que en últimas se prestaba para sacar unas risas y generar una recocha sin pasar al irrespeto; las Personas Privadas de la Libertad se notaban con más energía y con más ánimo para realizar las prácticas y sus movimientos eran más activos, pasando hasta de un ritmo pausado en su caminar a un ritmo más enérgico.

- La autoeficacia también se vio evidenciada en los internos al lograr realizar los ejercicios propuestos en las prácticas, las manualidades en el taller recreativo y su desempeño en los Juegos Penitenciarios, pues lograban conseguir objetivos que ellos mismos no creían que podían realizar y que con un poco de concentración lo lograban hacer, esto les era muy satisfactorio y se notaban las ganas de poder y querer realizar algo más difícil.
- La motivación se evidenció permanentemente al esperar con ansias la llegada del orientador, al querer que se iniciaran las prácticas cuanto antes, al indagar sobre que se iba a realizar cada día y como se desarrollaba ese deporte, y al tomarles gusto a las prácticas por sí mismas.
- El poder pasar por mi parte de ser participante pasivo a interactivo en actividades no programadas en mi calendario de prácticas gracias a la comunicación que se logró desarrollar y a la confianza que pudimos generar con los funcionarios e internos con los que tuve interacción.

7. Capítulo VII

7.1. Recomendaciones y Reflexiones

- Enseñar a la sociedad en general desde la familia y las escuelas a reflexionar sobre las poblaciones carcelarias y penitenciarias, para poderlas observar desde otros puntos de vista, comprendiendo que más allá de que cometieron un delito y deben cumplir su sanción, debemos aprender a reconocer que son seres humanos y que si merecen un castigo acorde a su delito este no incluye la pérdida de todos sus derechos como seres humanos ni como ciudadanos, sino únicamente la privación de su libertad por un determinado tiempo, además, si como sociedad queremos un país más pacífico, que mejor que dar un buen recibimiento y trato a las personas que retoman su libertad y necesitan una nueva oportunidad de vida.
- Se deben continuar con los trabajos desde el deporte social en cárceles, penitenciarías y con poblaciones vulnerables como personas en condición de discapacidad, niños, niñas y adolescentes de escasos recursos y población de adultos mayores entre otros para visibilizar a las personas “olvidadas”, para contribuir en la solución de problemáticas sociales, y para resustituir sus derechos como seres humanos que en muchas ocasiones les han sido vulnerados.
- Se deben crear propuestas para el deporte social desde las leyes y políticas públicas sobre los trabajos con poblaciones carcelarias y penitenciarias que garanticen sus derechos como seres humanos y que les puedan aportar elementos que les contribuyan significativamente hacia su proceso de resocialización y resignificación: ya que si por un lado existen los convenios interinstitucionales que brindan herramientas sociales como talleres educativos, atención psicológica, espacios deportivos y recreativos, por el otro lado las mismas dinámicas internas carcelarias y la cantidad de población superan las posibilidades de una atención oportuna e individualizada para realizar el proceso de resocialización y resignificación de la manera más pertinente posible.
- Tal parece que algunas problemáticas sociales penitenciarias no son solo un problema de desconocimiento, o de falta de reflexión sobre las situaciones

problema existentes (atendiendo problemáticas como los jefes de patios a quienes deben obedecer, o las mercancías que se pueden conseguir o los privilegios que se adquieren por dinero) o de falta de leyes y políticas públicas; sino de falta de interés de los gobernantes para que las poblaciones carcelarias y penitenciarias puedan acceder a lo que ya está estipulado que les corresponde por ley como: condiciones de vida aceptables con prácticas deportivas y/o recreativas periódicas, alimentos, educación, trato digno y materiales que les permitan tener un desarrollo multidimensional para propiciar su resocialización y resignificación y ejercerla al momento de recuperar su libertad pero desde la misma estadía en la penitenciaría o cárcel, pues todos pagamos impuestos y de estos es que el gobierno dispone para ejecutar las obras y proyectos que las ciudades y las poblaciones necesitan.

- Cabe preguntarnos ¿cómo re-socializar a una persona lejos de la sociedad a donde va a habitar al recuperar su libertad?, y ¿cómo ayudarlo a mejorar sus relaciones sociales para cuando esté afuera de la cárcel, si en ella las condiciones de vida por lo general le muestran una perspectiva cruda de supervivencia que le pueden marcar como experiencias significativas para la vida?
- Se resalta con prioridad la importancia de poder capacitar permanentemente a las personas que trabajan y se relacionan con las poblaciones carcelarias y penitenciarias, porque estas poblaciones internas tienen características distintas a la población que no está en condiciones de encierro, y sus necesidades son muy diferentes: ampliando la perspectiva desde la evolución histórica de estos lugares y desde los enfoques en los cuales la justicia se ha basado para determinar una forma u otra de castigo.

7.2. Lista de referencias

7.2.1. Bibliografía

- Alvarado, A., & Salazar, A. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v25n2/revision1.pdf>
- Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R. (2012). *Actividad física en el adulto mayor*. Madrid, España: El manual moderno. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/4476/1/Capitulos%20de%20libro.pdf>
- Alzate, R; Durán, V; Martínez, S. (2016). Mirada sobre el joven barrista y la convivencia ciudadana. *Lúdica Pedagógica*, 1(23), 31-42. doi:<https://doi.org/10.17227/01214128.4154>
- Arboleda, R; Gutiérrez, J. (2004). Contexto social y marco legal del deporte. *Legislación y administración deportiva*, 1-41. Obtenido de http://viref.udea.edu.co/contenido/menu_alterno/apuntes/ac49-contexto.pdf
- Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J. (2005). Hacia una Pedagogía de la Convivencia. *Psykhe (Santiago)*, 14(1), 137-150. Obtenido de <http://www.psykhe.cl/index.php/psykhe/article/viewFile/277/257>
- Austin, T. (2000). Fundamentos socioculturales de la educación. Chile: Universidad Arturo Prat. *Editorial Graficasur Ltda*, 1-108. Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/214882629/Austin-Millan-Tomas-Fundamentos-Socioculturales-de-La-Educacion>
- Badillo, R; Miranda, R. (1998). Aprendibilidad-enseñabilidad-educabilidad: una discusión. *Revista colombiana de educación*, (36-37), 1-17. Obtenido de <https://www.yumpu.com/es/document/read/14145405/aprendibilidad-ensenabilidad-educabilidad-una->
- Baena, A; Granero, A; Valle, P. (2011). Buenas prácticas para un desarrollo sostenible en los eventos deportivos en el medio natural. *Interciencia*, 531-537. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/339/33919424009.pdf>
- Barba, B. (2005). Educación y valores: una búsqueda para reconstruir la convivencia. *Revista mexicana de investigación educativa*, 10(24), 9-14. Obtenido de <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v10n24/1405-6666-rmie-10-24-9.pdf>
- Barrientos, M. (2005). La participación: algunas precisiones conceptuales. *Asignatura de extensión rural*, 2-6. Obtenido de <http://www.ocw.unc.edu.ar/facultad-de-ciencias-agropecuarias/extension-rural/actividades-y-materiales/actividades-y-materiales-2010/la-participacion>
- Batubenge, O., Barragán, I., Margalli, A., & Muñoz, B. (2014). Convivencia: una utopía historicista para la armonía social. El caso de la consolada en Zacualpan. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 20(40), 37-66. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4990953>

- Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G. (1954). Jaulas para hombres, los derechos de los presos. *El correo de la Unesco*, 1-36. Obtenido de <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260>
- Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A. (1998). La cárcel, una institución en crisis. *Resvista el Correo de la UNESCO*, 1-52. Obtenido de <https://www.yumpu.com/es/document/read/14692867/la-carcel-una-institucion-en-crisis-unesdoc-unesco>
- Berns, J; Fitzduff, M. (2007). Enfoques complementarios del trabajo de convivencia. *Coexistence*, s.p. Obtenido de https://flacsoandes.edu.ec/web/imagesFTP/1281636421.What_is_coex_Spanish.pdf
- Bohórquez, M; García, A; Lorenzo, M. (2013). Felicidad y actividad física en personas mayores. *Escritos de Psicología (Internet)*, 6-12. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2710/271028444002.pdf>
- Breton, D; Gatien, J. (1993). *Tenis de mesa de la A a la Z*. Barcelona, España: Tutor S.A.
- Buceta, M; Lopez, L. (2015). La Atención Temprana en contextos penitenciarios en España. *Universidade da Coruña*, 9-11. Obtenido de <http://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2015.0.11.194>
- Cabrera, J; Colunga, C; García, J; Jáuregui, E; Reynaga, P; Viver, G. (2017). Motivación al deporte en adultos y personas mayores que practican Cachibol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15-26. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v17n2/monografico1.pdf>
- Cáceres, E; Naranjo, L. (2016). *La práctica de deportes nuevos como estrategia para la construcción de escenarios de convivencia en la Institución Penitenciaria La Picota de Bogotá*. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.
- Camacho, L. (2015). *Carcterización del deporte en el establecimiento carcelario La Modelo, desde la perspectiva de los funcionarios*. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.
- Casimiro, A; Martínez, L; Santos, M. (2009). Condición física y salud: un modelo didáctico de sesión para personas mayores. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y del deporte*, 140-157. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=542/54222994004>
- Congreso de la República de Colombia. (31 de Diciembre de 2019). *Secretaria General del Senado*. Obtenido de http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1757_2015.html

- Córdoba, K; Espino, C; Quintero, A. (2013). *Concepciones de pedagogía en los programas analíticos del ambiente pedagógico de la Universidad Pedagógica Nacional*. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional. Obtenido de <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2541/TE-15717.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cuadrado, S. (2017). *Análisis descriptivo de la convivencia escolar de 6°-7° en dos instituciones distritales en Barranquilla de carácter mixto y femenino*. Barranquilla, Colombia: Universidad de la Costa (CUC). Obtenido de <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/347/32.812.577.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Deslauriers, J. (2004). *Investigación cualitativa: guía práctica*. Pereira, Colombia: Editorial Papiro. Obtenido de <http://repositorio.utp.edu.co/dspace/bitstream/handle/11059/3365/Investigaci%3b3n%20cualitativa.%20pdf.PDF?sequence=4&isAllowed=y>
- Devís, J; Peiró, C. (1993). La actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: la escuela y la educación física. *Revista de psicología del deporte*, 71-86. Obtenido de <https://www.rpd-online.com/article/view/293/289>
- Díaz, J; Ramirez, S. (2017). *Prácticas deportivas con personas pertenecientes a los grupos excepcionales de la Cárcel Modelo de Bogotá, como aporte al proceso de inclusión, participación y convivencia*. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.
- Duarte, R. (2011). Fundamentación del deporte social comunitario a partir de las categorías bioéticas: Una opción hacia el mejoramiento de la calidad de vida que trasciende el deporte moderno. *Lúdica pedagógica*. Vol 2, No. 16, 13-21. Obtenido de <https://doi.org/10.17227/ludica.num16-1353>
- Elias, N; Dunning, E. (2015). *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. México: Fondo de cultura económica.
- Función Pública. (10 de Julio de 2020). *Rama ejecutiva*. Obtenido de Función Pública: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/manual-estado/ejecutiva-orden-nacional.php>
- Función Pública. (10 de Julio de 2020). *Rama judicial*. Obtenido de Función Pública: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/manual-estado/rama-judicial.php>
- Función Pública. (10 de Julio de 2020). *Rama legislativa*. Obtenido de Función Pública: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/manual-estado/rama-legislativa.php>

- Gallego, J. (2009). Fundamentación epistemológica para la investigación pedagógica. *Itinerario Educativo: revista de la Facultad de Educación*, 23-48. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3438917.pdf>
- García, M. (1990). Aspectos sociales del deporte: una reflexión sociológica. *Alianza Editorial*, 29-35. Obtenido de <http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/33/33>
- Gutiérrez, F. (2011). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas. *Cuerpo, cultura y movimiento*, 77-86. doi:<https://doi.org/10.15332/s2248-4418.2011.0001.04>
- Heredia, L; Gerontología, E. (2006). Ejercicio físico y deporte en los adultos mayores. *Geroinfo*, 1-10. Obtenido de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/ejercicio_fisico_y_deporte_en_los_adultos_mayores.pdf
- Hoyos, C. (2017). *Efectos de la actividad física en la disminución del estrés en los reclusos de la cárcel de Zipaquirá*. Bogotá, Colombia: (Tesis de pregrado) Universidad Manuela Beltrán. Obtenido de <http://eds.a.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=1&sid=d691451e-f398-4a7d-8bc1-551458851aec%40sdc-v-sessmgr03&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZSZZy29wZT1zaXRI#AN=bogota.44152&db=cat05110a>
- Instituto Interamericano del niño, la niña y adolescentes. OEA. (2004). ¿Qué entendemos por participación? *s.t.*, 36-65. Obtenido de <http://www.iin.oea.org/pdf-iin/LaParticipacionComoAccionCreadora.pdf>
- Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC. (10 de Julio de 2020). *INPEC*. Obtenido de <http://www.inpec.gov.co/>
- Levoratti, A. (2015). Educación física, deporte y recreación en las políticas públicas. Un análisis de su inscripción en la agenda de temas de revistas científicas de Argentina, Brasil y Colombia (2004-2014). *Lúdica Pedagógica*, (21), 11-17. doi:<https://doi.org/10.17227/01214128.21ludica11.17>
- Lutz, B. (2008). Reseña de " El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos" de David Le Breton. *Argumentos*, 21(57), 213-218. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/595/59511124009.pdf>
- Mora, G. (2001). Educación para la vida: El gran reto. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 33(1), 73-84. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80533108.pdf>
- Neira, C; Ospina, C; Rodríguez, J. (2015). *Deportes no convencionales para la convivencia y la participacion en centros penitenciarios y carcelarios*. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.

- Páramo, P. (2004). Algunos conceptos para una perspectiva optimista de vivir la ciudad. *Territorios*, 91-109. Obtenido de <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/territorios/article/viewFile/6012/3950>
- Scarfó, F. (2002). El derecho a la educación en las cárceles como garantía de la educación en derechos humanos. *Revista iidh*, 291-324. Obtenido de <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r06835-11.pdf>
- Secretaría de marina. (2019). *Metodología de la investigación*. Estados Unidos Mexicanos: Universidad Naval. Obtenido de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/133491/METODOLOGIA_DE_INVESTIGACION.pdf
- Sistema Nacional del Deporte. (1995). Ley 181. 1-23. Obtenido de https://puntodis.com/wp-content/uploads/2015/12/LEY-181-DE-1995_archivo_pdf.pdf
- Sivila, E. (2004). *La comunicación educativa en la labor pedagógica del entrenador de juegos deportivos de la Escuela de Perfeccionamiento Atlético de la provincia Holguín*. Ciudad de la Habana: Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". Obtenido de <https://repositorio.uho.edu.cu/jspui/handle/uho/2594>

7.3. Anexos.

7.3.1. Anexo 1. Propuesta para Acacías.

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN DEPORTE
ÉNFASIS EN DEPORTE SOCIAL NIVEL I
PROFESORES: JUAN CARLOS IBARRA, EFRAIN SERNA
PRESENTADO POR: RAÚL RODRIGUEZ RODRIGUEZ
PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA LA PENITENCIARÍA
NACIONAL DE ACACÍAS, 2018**

Introducción

Esta propuesta está enmarcada dentro de las ideas de proyecto de grado que me gustaría realizar, con población de la penitenciaria en condición de discapacidad y tercera edad con la realización de actividades deportivas que además de ser estructuradas para esa

población permita la inclusión con población general para transformar las formas de relacionarse con las demás personas de la penitenciaria (resocialización), a través de prácticas deportivas en pro de pasar a la reincorporación progresiva en la penitenciaria y en la vida civil, como propuesta paralela nos gustaría trabajar con diferentes grupos poblacionales como lo son las personas de la tercera edad y la población LGBT dentro de un entorno multipoblacional de la penitenciaria si las dinámicas de seguridad de los guardias del INPEC así nos lo permiten, para generar también en estas poblaciones un reconocimiento de las demás personas de la penitenciaria que mejoren la interacción social.

Las actividades deportivas que propongo son Baloncolí y Boccia las cuales fueron pensadas en sus orígenes para la mitigación de las violencias entre mujeres y en pro de la inclusión de la población en condición de discapacidad respectivamente, permitiendo el cambio en las relaciones entre los sujetos que practicaban y logrando en gran parte sus objetivos de creación.

Objetivos

- Generar espacios de participación para la población en condición de discapacidad con la demás poblaciones de la Penitenciaría Nacional de Acacias a través de las prácticas deportivas del Boccia y el Baloncolí para transformar las maneras de relacionarse con la demás personas.
- Generar espacios de participación de las poblaciones de tercera edad y población LGBTI con la demás poblaciones de la Penitenciaría Nacional de Acacias a través de las prácticas deportivas del Boccia y el Baloncolí para transformar las maneras de relacionarse con la demás personas.
- Conocer la percepción de los *guardias de seguridad* del INPEC de la Penitenciaría Nacional de Acacias a través de la aplicación de dos preguntas:
 1. ¿Qué prácticas deportivas se realizan en la penitenciaría y con qué fines?
 2. ¿Qué prácticas deportivas implementaría en la penitenciaría y con qué fines?

- Conocer la percepción de las *personas privadas de la libertad* de la Penitenciaría Nacional de Acacias a través de la aplicación de dos preguntas:
 1. ¿Qué prácticas deportivas se realizan en la penitenciaría y con qué fines?
 2. ¿Qué prácticas deportivas implementaría en la penitenciaría y con qué fines?

7.3.2. Anexo 2. Matriz de antecedentes

Título del texto	Autor/es	Año	Aporte a la investigación
Manual de ejercicio físico para personas de edad avanzada	María García Gil	2013	Nos muestra estudios y efectos del ejercicio físico en la tercera edad teniendo en cuenta las características generales y específicas de la población a tratar, y las características apropiadas para las prácticas que se vayan a realizar en esta población
Actividad física y calidad de vida en adultos mayores	Oswaldo Ceballos Gurrola, Javier Álvarez Bermúdez, Rosa Elena Medina Rodríguez	2012	La actividad física como aporte a los procesos de calidad de vida en los adultos mayores, pasando no solo por lo físico, sino por lo social y por la salud, aquí se hace una descripción del impacto de la actividad física desde una investigación en Monterrey
Ejercicio físico y deporte en los adultos mayores	Luís F. Heredia Guerra.	2006	Permitir conocer las afectaciones físicas y psicológicas del ejercicio físico en los adultos mayores, aquí se describen mayormente las aportaciones en lo físico, para lograr tener una movilidad sin restricciones y

- para mantener mejorar la calidad de vida.
- Actividades físico deportivas para personas mayores: nuestra experiencia en la comarca del Duranguesado
- Begoña Uriarte, 2013
Marisa Bouzas
- En este trabajo se describen los aportes de las actividades físico-deportivas en las personas mayores, se caracteriza a la población para poder prescribir las actividades a realizar según sus posibilidades y necesidades
- Ejercicio físico para todos es "moverse es cuidarse"
- M^a Soledad García Carpio, Matilde González Molina, Roberto Ibarra Pujana, M^a del Carmen Martín Díez, Esperanza Molina Díaz 2007
Elvira Florentina Pereyra Macazana, M^a Ángeles Sellés Puig, M^a Cruz Tena-Dávila Mata
- Se abordan las características físicas de la población mayor, los aportes de la actividad física en las personas en general y en el grupo de las personas mayores específicamente, relaciona la calidad de vida con la actividad física, los hábitos de vida saludables y las no costumbres perjudiciales como los vicios.

- Incidencia de la actividad física en el adulto mayor
 Moreno González, A
 2005
- Este trabajo relaciona la actividad física como indicador de salud, los cambios en los sistemas corporales por el paso de la edad y la disminución de la motricidad o la inactividad la cual puede llegar a ser total para ciertas actividades, por este motivo se analizará la incidencia de la actividad física en sus relaciones sociales y en sus sistemas biológicos para la mejora de la calidad de vida. Se realizan definiciones en el marco conceptual como: actividad física, adulto mayor y envejecimiento.
- Este trabajo nos permite conocer las motivaciones que actúan sobre las personas mayores para que realicen prácticas deportivas, en este caso a través del cachibol, se logra motivar a la población mayor para que realicen una práctica deportiva y así recibir las aportaciones que esta práctica les pueda brindar, tanto física, como social y emocional.
- Motivación al deporte en adultos y personas mayores que practican cachibol
 Reynaga Estrada P, García Santana, J Jáuregui Ulloa, E, Colunga Rodríguez, Carrera Viver G y Cabrera González, J.
 2017

- Guía de actividad física para el envejecimiento activo de las personas mayores muy activas, activas y frágiles
- Pilar Pont Geis, Àngels Soler Vila, Jesús Fortuño Godes, Nieves Palacios Gil de Antuñano, Vicente Romo-Pérez, Ignacio Ara Royo, Isabel Arsuaga Acaso
- 2011
- Reconocer los cambios corporales de los sistemas físicos como parte de la vida, preocuparnos como individuos de la movilidad que el cuerpo nos permite realizar para la supervivencia, reconocerse como parte de la sociedad para la integración y poder relacionarse con las demás personas y encontrar un gusto por el ejercicio a cualquier edad en pro del disfrute a la vez que del cuidado propio.
- En este trabajo se describen los aportes del ejercicio físico y el deporte para tomar conciencia de sus importancia en las personas adultas mayores, posteriormente se proponen ciertas actividades para esta población las cuales pueden afectar sus capacidades condicionales y no requieren de muchos recursos para su práctica
- Boletín del programa iberoamericano de cooperación sobre adultos mayores
- Serviglobal
- 2016

- Primitivo Ramos,
Pilar Serrano, José
Manuel Ribera,
Isidoro Ruipérez,
José Antonio
Serra, Ruth
Aguado, Jerónimo
Nieto López,
María Cruz Tena,
Mercedes Torres,
Jesús María
López, Sonia
Monfort, Rosario
Romero, Juan
Teja, Araceli
Boraíta, Manuel
Rabadán, Julio
César Legido,
Francisco Javier
López, Juan
Carlos Segovia,
Francisco
Marqués, José
Jover Ibarra, José
Antonio Pinto,
Ignacio García,
Ángel Negro,
Ramón Aguirre
- Actividad física y
ejercicio en los
mayores, hacia un
envejecimiento
activo
- 2007
- En este trabajo encontramos algunas
contraindicaciones del ejercicio físico
en los mayores, los efectos del
ejercicio físico en los sistemas
orgánicos, la importancia de una
valoración básica del estado de salud
para el ejercicio físico, unos
propuestas de ejercicio y actividad
física para los mayores, y unos
cambios de estilos de vida
- Educación de Dr F Palazon 1995 Cambios en la mente, lo físico y los

adultos y tercera edad	Romero		social en las personas de la Tercera Edad, como se ve la vida y como se es visto en la Tercera Edad, animación sociocultural y desarrollo comunitario en la Tercera Edad
Educación para la tercera edad	Dr. Clemente Couso Seoane, Dra. Maribel Zamora Anglada, Dra. Caridad Bernardo Fernández, Dra. Sara Díaz García	1997	Factores del envejecimiento, educación en la tercera edad, infancia y adolescencia, educación en los adultos, los ancianos y la familia.
Legislación sobre la tercera edad	Carmen Leonor Martínez Acosta	1985	Concepto de envejecimiento, la seguridad social. El marco legal: antecedentes históricos, instituciones de previsión social, régimen prestacional del sector público, pensión de jubilación sector público, pensión de jubilación, para docentes de educación primaria oficial, pensión de jubilación, para docentes de educación primaria privada, pensión por vejes, retiro, sustitución pensional, pensión por invalidez, auxilio funerario, sector privado, la pensión sanción, pensión especial de jubilación, regímenes de excepción, docentes. Definición de

políticas de protección al anciano, programas de extensión para la tercera edad, cursos preparatorios para la jubilación, aspectos psicofisiológicos, deporte, vida cultural, clubes y casas de la tercera edad, viajes.

La figura de la
mujer en la tercera
edad

Silvia Martínez de
Miguel López

1997

Considerar el aumento del número de mujeres de la tercera edad, el trabajo, punto de inflexión del cambio en el rol de la mujer de edad, la educación en la mujer de la tercera edad.

En este artículo se reflexionan los términos tercera edad y calidad de vida desde la mirada ética del ser humano, pues la sociedad por lo general los deja de reconocer como seres humanos en su trato hacia las personas de la tercera edad, así se pretende basar la convivencia en el respeto, la beneficencia y la justicia, para vivir de manera humanizada hacia los demás de manera no obligada sino consciente.

Calidad de vida en
la tercera edad

Ángel Cuenca
Molina

2008

Tercera edad y valores	Jorge Puentes Gómez, Olga Caridad Ruiz Casavilla, Eduardo Armando Prieto Tamarit	2011	Consideraciones acerca del adulto de 60 y más años de edad, la actividad físico-recreativa con el adulto mayor, importancia de las actividades físico-recreativas, la educación en valores a través de la actividad físico-recreativa con el adulto mayor.
Ocio y tercera edad	Florián Ramírez Izquierdo	1992	Situación de la tercera edad en España, sociedad competitiva, características del colectivo, envejecimiento del envejecimiento, sector desfavorecido, feminización, realidad familiar, escasa formación, economía, hábitat y vivienda, salud, ocio y jubilación, características actuales, cultura, recursos internos, papel de la sociedad, turismo social, termalismo social.
Ejercicio físico y tercera edad	José María Urraca Fernández, Oscar Calvé San Juan	2004	Teorías del envejecimiento, promoción de salud en la tercera edad, cambios físicos más importantes en el anciano, beneficios de la actividad física en el anciano, contraindicaciones de la actividad física en el anciano, evaluación del estado previo de salud, recomendaciones prácticas para la realización del ejercicio físico en la tercera edad, contenido de una sesión, cualidades físicas básicas que se deben

potenciar en el anciano.

Intervención
educativa en la
tercera edad

José Luis Zubieta
Irún

1990

La necesidad de la intervención socio-educativa en la Tercera Edad. La experiencia de las aulas de la tercera edad en Cantabria: los objetivos de las aulas, las actividades de las aulas de la tercera edad en Cantabria, la opinión de los alumnos con respecto a las aulas, características de los alumnos de la Tercera Edad que influyen en la relación educativa, algunas conclusiones y propuestas.

Nuestra pastoral
penitenciaria,
preocupaciones y
ocupaciones

Luis Sandalio

2011

La pregunta que se impone ante este planteamiento es: “¿hemos descubierto el auténtico valor de esas personas, raras y desvencijadas, que se encuentran almacenadas y fuera de la circulación? ¿Pensamos que merece la pena que nuestra vida cambie de dirección o, al menos de ocupación, para que se enfoque y empeñe en la restauración de esas rarezas?”. Nuestro conocimiento de las personas se ha

hecho mucho más comprensivo y profundo. Importancia de poder ver más claro lo que van a vivir después de la cárcel. El comprender las contradicciones e injusticias del Sistema Penal y de nuestra injusta sociedad nos ayudará a no juzgarlos de nuevo.

Itinerario de una experiencia educativa en la cárcel

María Florencia Actis

2015

Estudiar en la cárcel: ¿derecho o beneficio? Salir del «hedor». Transformar las contradicciones en desafíos. La producción final. Conclusiones.

La cárcel del siglo XXI desmontando mitos y recreando alternativas

José Luis Segovia Bernabé

2011

La cárcel, pero no solo la cárcel. España tiene uno de los porcentajes de presos más altos de Europa, habiéndose llegado a cuadruplicar su población penitenciaria en el periodo 1980-2009. Un rigor desproporcionado e innecesario. La prisión sigue siendo un desagüe por el que se cuele lo que la sociedad no integra. A pesar de cierta “democratización” de la población reclusa –merced a delitos interclasistas como los de violencia de género y contra la seguridad en el tráfico–, la inmensa mayoría de los

presos y presas provienen del mundo de la vulnerabilidad personal y de la precariedad social.

Realidad
penitenciaria y
derechos humanos
penal de
Lurigancho (Perú)

Nelly Julia Castro
Vadillo 2009

Surgimiento y consolidación de la prisión como pena. El régimen penitenciario del Perú. Resocialización en el establecimiento penal de Lurigancho. Marco contextual: establecimiento penitenciario de Lurigancho. Heterogeneidad de la población carcelaria. Elementos de la resocialización. Conclusiones, propuestas y recomendaciones.

Las mujeres
reclusas de la
Cárcel Nacional de
Maracaibo y la
violencia

Elida Rosa Aponte
Sánchez 2002

Violencia y las mujeres reclusas de la Cárcel Nacional de Maracaibo. Derecho y género. La Constitución de la República Bolivariana de Venezuela y otra normativa aplicables. ¿Cuáles el crimen? Conclusión.

<p>Cárcel y fábrica. Los orígenes del sistema penitenciario (siglos XVI-XIX)</p>	<p>Benjamín Badura 2013</p>	<p>Los autores identifican el origen del sistema penitenciario en las transformaciones sociales que se van dando a raíz del cambio de las formas de producción feudal a la producción capitalista. Demuestran como la transformación al esquema de producción capitalista genera una masa obrera liberada de sus deberes feudales, pero al mismo tiempo desposeídos y desterrados de sus lugares de labranza. La extensión de la miseria y la anarquía ponen en peligro la acumulación de capitales y crean la necesidad de imponer nuevas formas de control social. La cárcel se inscribe en estas nuevas formas al lado de otras instituciones como el hospital, la escuela y el manicomio. Uno de los pensadores destacados de esta época es Bentham que desarrolla la idea del panóptico que impone un nuevo poder disciplinario a los sujetos por medio de su visibilidad permanente</p>
<p>Un proyecto correccional femenino. Universo social y lógica institucional</p>	<p>Ornella Maritano, Melina 2015 Deangeli</p>	<p>Entre la homogeneidad y la heterogeneidad: el universo social de la institución. Lógica institucional: modernización e ideal de la domesticidad. A modo de cierre.</p>

de la Cárcel del
Buen Pastor,
Córdoba 1892-
1910

Mujeres invisibles,
las cárceles Carmen Antony
femeninas en García 2007
América Latina

La exclusión de las
excluidas. Myriam Herrera
¿Atiende el Moreno, Borja
sistema Mapelli 2013
penitenciario a las Caffarena, Bárbara
necesidades de Sordi Stock
género?

Exclusión
generacional: la Paulina Osorio 2006
tercera edad

La falta de estudios sobre la delincuencia femenina. Mujer y cárcel. El microtráfico de drogas. Hijos y discriminación. La situación en Panamá. ¿Qué hacer?

El presente trabajo expone y analiza los resultados de una investigación empírica sobre la posición, expectativas y necesidades de las mujeres recluidas en las cárceles andaluzas, contrastando sus hallazgos con la filosofía penitenciaria de "atención al género", cuyos perfiles analiza y cuyas implicaciones sistematiza y somete a revisión.

La construcción y el significación social del envejecimiento lo conceptualizan como un malestar, "que no denota tan sólo una infracción estética y física, sino una especie de infección, una enfermedad contagiosa, cuyo contacto hay que evitar a toda costa (Schirmmacher 2004: 86). Esa es la gran paradoja de la vejez en la actualidad: que la longevidad ha sido

un gran logro del desarrollo médico, económico y social, pero indeseado y evitado por las personas.

Calidad de vida en la tercera edad Vaneska Cindy Aponte Daza 2015

El hecho de que la población anciana vaya en aumento deriva en la necesidad de que se desarrollen planes de acción para la atención adecuada y necesaria en el ámbito de la salud, en lo social y en lo económico. Que se garantice una atención médica y psicológica de calidad, una sociedad que no los segregue y estigmatice, sino al contrario, que los dignifique. Y, al mismo tiempo, que el Estado asuma su responsabilidad en la creación de políticas reales, dirigidas a garantizar un ingreso económico decoroso que permita a esta población llevar una vida digna y de calidad (González-Celis, 2012).

Calidad de vida en la tercera edad, y su abordaje desde una perspectiva cubana Héctor D. Bayarre Veá 2009

La calidad de vida es un constructo de amplio uso en la actualidad. Ha sido estudiada por diferentes profesionales, de ahí la existencia de múltiples definiciones del término.¹⁻³ El estudio

de la calidad de vida es un tema recurrente en la investigación gerontológica. Sin embargo, este adolece de los mismos problemas planteados en su estudio en otros grupos etarios y en diferentes entidades.² Tales razones motivan la realización de este trabajo que incluye la presentación de las principales dificultades de la investigación de la calidad de vida; una revisión general del desarrollo de instrumentos para la evaluación de la calidad de vida en general y una propuesta cubana para la evaluación de la calidad de vida percibida en la tercera edad.

El envejecimiento de la población ha generado un gran interés por estudiar los efectos de la actividad física en la tercera edad, provocando la aparición de diversos estudios relacionados con este grupo de edad (Whetsell, Frederickson, Aguilera y Moya, 2005). Además, dados los acusados cambios psicosociales y físicos que acontecen, que requieren un equilibrio mental y emocional adecuado para adaptarse a ellos, los aspectos relacionados con el bienestar psicológico han adquirido

Frecuencia de
práctica física y autoeficacia en la
tercera edad R.E. Reigal ; A. Videra
2013

una relevancia muy alta (Krzemien, Urquijo y Monchietti, 2004). Como ejemplo, tenemos trabajos como los de Langan (1997) y Navarro, Bueno, Buz y Mayoral (2006), relacionados con la autoeficacia, o los de Barriopedro, Eraña y Mallol (2001) y McAuley et al. (2000), relacionados con la satisfacción vital.

- | | | | |
|--|-------------------------------|-------------|--|
| <p>Manifestación del sentido de vida en personas de la tercera edad no institucionalizadas</p> | <p>Aguirre, Sonia</p> | <p>2005</p> | <p>¿Cómo se manifiesta el sentido de vida de las personas de la tercera edad? Definición de vejez. ¿Por qué envejece la gente? El afecto. La conciencia. La trascendencia.</p> |
| <p>Vulnerabilidad, trabajo y salud en mujeres de la tercera edad en Ameca, Jalisco</p> | <p>Angélica Navarro Ochoa</p> | <p>2015</p> | <p>En México, el proceso de envejecimiento de la población es evidente, desde las últimas décadas del siglo XX, como resultado de la combinación de varios factores sociales y económicos que han permitido la mejora en la calidad de vida y el bienestar, junto con actitudes nuevas hacia la vida, la fecundidad y la participación de las mujeres en la sociedad; así como por los avances en la medicina y las políticas sanitarias (Ham 2003). Sin embargo, también ha</p> |

generado dificultades para el cuidado y atención de los ancianos (Segalen 2007), un problema que se agrava en las localidades rurales, campesinas y con fuerte tradición migratoria, como la estudiada aquí, donde si bien existe aún la idea de que los hijos “van a cuidar y servir al padre cuando sea viejo” (Fagetti 1995), la realidad es otra.

La población de adultos mayores aumenta cada año en todo el mundo. El Sistema de Estadísticas Sanitarias Mundiales de la Organización Mundial de la Salud (1) reportó que en el año 2008 las personas mayores de 60 años representaban el 11 % de la población total; en México la población de adultos mayores era del 9 % del total de su población. La tasa de crecimiento anual está entre el 2 y el 5 % (2), con un estimado de 13'664.349 de personas de 60 años y mayores para el 2020 (3). El envejecimiento es un proceso individual del ciclo vital que afecta en alguna medida a todos los seres vivos; suele ir aparejado a cambios físicos tanto en la apariencia

Validación del índice de satisfacción con la vida en la tercera edad

Kantún-Marín,
 María Amparo de
 Jesús; Moral de la
 Rubia, José;
 Gómez-Meza,
 Marco Vinicio;
 Salazar-González,
 Bertha Cecilia

2013

personal como en el funcionamiento de todos los órganos y sistemas (4). Es en esta etapa de la vida en la que se observa disminución de las capacidades físicas e ingresos económicos (5) y se incrementa la pérdida de los seres queridos (6, 7); todas estas condiciones implican problemas de salud y su consecuente manejo. Los estudiosos del envejecimiento tratan de responder a la heterogeneidad de esta condición y de entender cómo a pesar de que el envejecimiento es reflejo de la biología de cada quien y de los eventos de la vida, algunos adultos mayores mantienen y consolidan su nivel de independencia frente a retos mayores de la mente, del cuerpo y del espíritu (4). A ello algunos teóricos le llamarían resiliencia (8), gerotranscendencia (9) o envejecimiento exitoso (10).

La proyección de la imagen corporal en jóvenes adultos y en la tercera edad. Una aplicación específica de expresión de la corporalidad

Saüch, Glòria;
Castañer, Marta 2013

Evolución e involución de la corporalidad. Esquema corporal. Imagen corporal. Concepto corporal. La retrogénesis motriz. Esquema corporal: envergadura, proporciones y zonas corporales. Género, edad e identidad. Estética. Modificaciones corporales. Conclusiones.

Vulnerabilidad socio-demográfica de las personas de la tercera edad. Estudio de caso, centro histórico de la Habana

Bello Sánchez, William 2013

El envejecimiento poblacional resulta un fenómeno demográfico del que apenas se comienza a hablar en la segunda mitad del siglo pasado. Este fenómeno, si bien refleja un desarrollo social que propicia la prolongación de la vida, tiene como implicación, que muchos gobiernos, personas y la población en los grupos de mayor edad (60 y más años)², no siempre cuentan con capacidades que les permitan responder positivamente, a las adversidades que les depara una sociedad envejecida, cuestión que irremediablemente los somete a una presión adicional. Marco teórico metodología de la vulnerabilidad socio-demográfica. La vulnerabilidad socio-demográfica de las personas de la tercera edad y las iniciativas de

atención a los adultos mayores.
 Envejecimiento de la población.
 Comportamiento de los indicadores para la diferenciación territorial de la incapacidad de respuesta de las personas de la tercera edad.
 Incapacidad de respuesta de las personas de la tercera edad.
 Vulnerabilidad socio-demográfica de las personas de la tercera edad.
 Iniciativas de atención a los adultos mayores y su relación con la vulnerabilidad socio-demográfica de las personas de la tercera edad.
 Conclusiones.

El sistema carcelario del siglo XVI presentaba unas características similares a las de la Edad Media (pp. 19-20). De hecho, el ingreso en la cárcel implicaba la conducción del acusado a ella por el alguacil que hubiera efectuado el procedimiento. En la vida carcelaria intervenían tres grupos de personajes: los funcionarios administrativos (alcaide, sota-alcalde o lugarteniente de alcaide, y escribano de entradas y salidas); el constituido por porteros, bastoneros y vigilantes

Reseña de “Un tratado de derecho penitenciario del siglo XVI. La visita de la cárcel y de los presos de Tomas Cerdán de Tallada “de Pérez Marcos, Regina M3

Hierrezuelo Conde, Guillermo

2007

nocturnos; y, en último término, quienes desempeñaban tareas de caridad, de beneficencia, asistencia religiosa y jurídica de los presos.

Construcciones
socioespaciales en
el encierro: la
cárcel Bellavista

Laura Melissa Rúa 2015

La motivación principal ha sido explorar internamente la cárcel Bellavista, interpretar y —en la medida de lo posible— realizar una aproximación teórico-conceptual a las construcciones sociales que subyacen en el encierro, o que se erigen como reproducción de la dinámica social o barrial. Para ello, se recurre a la visión de las personas que padecen el lugar, lo viven, lo transitan y configuran en él sistemas de supervivencia en un escenario que para todos es común, el encierro. De esta manera, se pretende entrelazar o contrastar lo escrito y descrito acerca de esta cárcel para leer ‘la realidad’ cotidiana que se recrea en las rejas y tras ellas

Las mujeres
reclusas de la Aponte Sánchez, 2002
Cárcel Nacional de Elida
Maracaibo

El 30% de las mujeres reclusas del anexo de mujeres de la Cárcel Nacional de Maracaibo son extranjeras y la mayoría de ellas son colombianas. La situación de las mujeres extranjeras es particularmente discriminatoria pues regularmente no tienen familia en el país, carecen de recursos económicos para contratar una defensa privada y la defensa en el proceso la presta regularmente un (a) Defensor (a) Público (a), quien se preocupa más por devengar su sueldo, sin tomarse la molestia siquiera de conversar a fondo con su defendida. El 10% restante de las reclusas ha sido procesado por delitos contra las personas y por delitos contra la propiedad.

El infierno en la
torre 5: Tijoux M., María
Reflexiones sobre Emilia
la cárcel en Chile 2011

Las personas encarceladas no son consideradas por la democracia y quedan desprotegidos a causa de su calidad de inculpados que los excluye de la condición ¿‘humana’? de los que gozan de libertad. Es curiosa la democracia chilena que exhibe un sistema político regido por la Constitución de la dictadura de Pinochet, de rasgos autoritarios y antidemocráticos reflejados por ejemplo en la autonomía de las Fuerzas Armadas o en un Consejo de Seguridad Nacional dirigido por las cuatro ramas de las Fuerzas Armadas y Carabineros y por los Presidentes de la República, del Senado, de la Corte Suprema y el Contralor General de la República (Cintras, La Morada, Opción, 2004). Estas características la ubican lejos de los intereses reales de las personas y la llenan del autoritarismo que ha penetrado en los estilos de vida de los chilenos, dañando a los sectores y personas más vulnerables a la exclusión y al encierro.

Educación de
adultos en cárceles
aproximando
algunos sentidos

Acín, Alicia

2009

La educación en cárceles, enmarcada en la educación de adultos, se constituye en una parte impostergable de la agenda de esta última por cuanto refiere a un sector de la población en aumento, que se encuentra cautiva (a la espera de o cumpliendo su condena) y respecto de la cual la sociedad tiene una deuda en el sentido de no haber garantizado el acceso a la educación básica y, con ello, posibilitado lazos de filiación y pertenencia. En la actualidad ha cobrado vigencia en virtud de distintas circunstancias entre las que se destaca, sin duda, el incremento de la proporción -en el territorio de los ilegalismos- de quienes engrosan, selectivamente, las instituciones carcelarias. Entre el interés que suscita se encuentran, por lo general, aspectos ligados al lugar que ocupa la educación en ese contexto, qué connotaciones adquiere al estar enmarcada en el tratamiento penitenciario y constituir un pilar fundamental del mismo, cómo esas connotaciones colisionan con las perspectivas que sustentan las acciones educativas de otros sectores sociales y

gubernamentales y qué sentidos le atribuyen esos distintos actores, entre otros.

La mediación penitenciaria como método alternativo de resolución de conflictos entre internos en el ámbito penitenciario

Pastor Seller,
Enrique; Huertas 2012
Pérez, Elena

Los centros penitenciarios son entornos cerrados convivenciales, reducidos y “artificiales”, donde las personas internas se encuentran sujetas al cumplimiento de normas institucionales de carácter disciplinario y en un marco de relaciones interpersonales mayoritariamente prescritas, lo que en ocasiones genera y cronifica situaciones de fricción y de conflictos entre internos con difícil solución. El ambiente penitenciario, caracterizado entre otros por un insuficiente espacio vital de intimidad, introspección y reflexión sobre sentimientos y conductas, provoca: desconfianzas, dificultad de comunicación, relaciones “perversas” vs. interesadas; sentimientos adversos y conductas defensivas vs. ofensivas conflictivas. La presente investigación nos acerca a las potencialidades de la mediación como metodología educativa eficaz en el contexto penitenciario, atendiendo a sus valores de aprendizaje interpersonal y a las habilidades sociales que adquieren sus participantes. La mediación penitenciaria es un método de

resolución pacífica de conflictos entre internos basado en el diálogo y el respeto.

Penitenciarias
privatizadas:
educação
ressocialização

Eidam Zanin,
Joslene; da Silva
e Oliveira, Rita de
Cássia

2006

En este artículo se evidencia como el trabajo realizado en las cárceles para educar y resocializar a los internos en la mayoría de los casos se da en vano, pues las condiciones mismas de las cárceles no permiten que los individuos se reintegren a la sociedad de la manera esperada sino aún con ideas de mayor criminalidad continuando así su carrera delictiva

Mujeres en Zoila Edith
 cárceles: Un Hernández
 programa de Zamora ; María 2009
 intervención para Luz Márquez
 un grupo especial Barradas

La evolución de los establecimientos penitenciarios ha estado determinada por el desarrollo del derecho penal. A la fecha, las penas reglamentadas por el código penal de México, para quienes se consideran infractores, son: la prisión, tratamiento en libertad, semilibertad y trabajo a favor de la comunidad, internamiento o tratamiento en libertad de inmutables y de adictos a drogas, confinamiento, prohibición de ir a un lugar específico, sanción pecuniaria, decomiso de instrumentos y objetos relacionados con el delito, amonestación, apercibimiento, caución de no ofender, suspensión o privación de derechos, inhabilitación, destitución o suspensión de funciones, publicación especial de sentencia, vigilancia de la autoridad, suspensión o disolución de sociedades, decomiso de bienes correspondientes al enriquecimiento ilícito y medidas tutelares para menores (Fernández, 1993). La medida correctiva aplicada depende del tipo de falta cometida y lo establecen las autoridades correspondientes

Impunidad y
cárcel. Una forma
de violencia
institucional

Gabriel
Araujo ; Alicia
Izquierdo Rivera

2004

Imaginemos una entrevista informal con alguien, cualquiera, en cualquier lugar. A este “sujeto colectivo” (por ser cualquiera) le preguntamos “¿a quién cree usted que se debe castigar?” y, como se suele responder a estas cuestiones que apuntan mucho más a las creencias que al conocimiento, nuestro personaje responde con el consabido ejemplo que apela a la concreción y dice: “pues, por ejemplo, a un delincuente”. Seguimos con la entrevista y le inquirimos: “y, ¿quién es un delincuente?” Es muy posible * Profesores-Investigadores, Departamento de Educación y Comunicación, UAM-Xochimilco. que responda: “pues, por ejemplo, a un criminal”, y si insistimos “¿quién sería un criminal?” “un asesino, por ejemplo” nos respondería. “Y, ¿qué castigo merece para usted este asesino?” “Por lo menos que lo encierren en la cárcel” concluiría a nuestra entrevista imaginaria.

Medicación

penitenciaria, una alternativa a la resolución pacífica de conflictos entre internos

Pastor Seller,
Enrique; Huertas 2014
Pérez, Elena

Los centros penitenciarios son entornos cerrados convivenciales reducidos y “artificiales”, donde las personas internas se encuentran sujetas al cumplimiento de normas institucionales de carácter disciplinario y en un marco de relaciones interpersonales mayoritariamente prescritas, lo que en ocasiones genera y cronifica situaciones de fricción y de conflictos entre internos con difícil solución. El ambiente penitenciario caracterizado, entre otros, por un insuficiente espacio vital de intimidad, introspección y reflexión sobre sentimientos y conductas provoca: desconfianzas, dificultad de comunicación, relaciones “perversas” vs. interesadas; sentimientos adversos y conductas defensivas vs. ofensivas conflictivas

Un día cualquiera en la cárcel: la etnografía-ficción como representación de una investigación

Daniel Martos
García ; José Devís Devís
2015

La cárcel se ha generalizado; tanto es así, que hoy en día representa la táctica punitiva privilegiada en las sociedades modernas (Foucault, 1996). El encierro supone el último eslabón de la cadena de castigos que los sistemas penales han desarrollado como garantes del orden social. Borrados los vestigios del feudalismo, la revolución industrial produjo tantos cambios en nuestras sociedades como «deshechos sociales». Ladrones, vagabundos, analfabetos, vagos, tontos y pobres amenazaban la propiedad privada, pilar fundamental del incipiente capitalismo. Por ello, a partir del siglo XVII, los Estados modernos monopolizaron el uso de la fuerza y optaron por recluir tanta «maldad» como estrategia de protección del status quo (Matthews, 2003)

Significados da Ressocialização para Agentes Penitenciarias em uma Prisão Feminina: Entre o Cuidado e o Controle

Mariana Barcinski, Sabrina Daiana Cúnico, Marina Valentim
2017

El presente estudio tiene como objetivo investigar la percepción de una agente penitenciaria acerca de sus atribuciones, especialmente sobre su papel como coparticipe en procesos de resocialización de mujeres privadas de la libertad. A través del Análisis Crítico del Discurso de una entrevista

semiestructurada, se identifican significados contradictorios atribuidos por esta agente al proceso de resocialización. Al explicitar las particularidades de su día a día de trabajo, los sentidos de la resocialización y la responsabilidad fueron por veces entendidos como inherente al trabajo del agente penitenciario, en otras fue identificada como exclusivamente de las mujeres encarceladas.

7.3.3. Anexo 3. Propuesta La Modelo

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN DEPORTE
SEMINARIO DE PROFUNDIZACIÓN EN DEPORTE II
ÉNFASIS SOCIAL
PROFESOR: JUAN CARLOS IBARRA
REALIZADO POR: RAÚL RODRIGUEZ RODRIGUEZ
PROPUESTA DE TRABAJO PARA LA CÁRCEL LA MODELO

Introducción

Esta propuesta se realiza dentro del marco del proyecto de grado “Incidencia de prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá”, teniendo como referencia las experiencias previas en el centro penitenciario de Acacías, los antecedentes encontrados en la revisión documental, y la entrevista a una funcionaria de la cárcel de La Dorada (Caldas) quien nos concedió una charla para conocer desde su experiencia el funcionamiento de las penitenciarías en general y de la institución donde trabaja.

Justificación

Las características de la población adulto mayor según los antecedentes del proyecto dan cuenta de sus características físicas y sociales, y permiten tener una mirada global de lo que podrían llegar a ser sus necesidades poblacionales, además la revisión documental nos dice que las prácticas deportivas no siempre tienen finalidades específicas sino que se realizan en la mayoría de ocasiones para cambiar el lugar de estadía, es decir, pasar del encierro al patio o a la cancha buscando el esparcimiento de las Personas Privadas de la Libertad, por esta razón la propuesta aquí planteada abordará aspectos relacionales como convivencia y participación a través de prácticas deportivas.

Población

El grupo poblacional de adulto mayor se escogió para realizar las prácticas deportivas de la investigación por ser ésta una población con doble condición de vulnerabilidad: el estar privados de la libertad y el ser adultos mayores.

Objetivo

Identificar como inciden las prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá.

Cantidad y duración de las prácticas

Las actividades se realizarán según la disposición de los días y horarios por parte del INPEC, queriendo realizar entre una y dos prácticas por semana con una duración de una hora y media a dos horas por práctica.

Propuesta de prácticas deportivas

- Catchball o Newcomball
- Voleibol adaptado
- Kin Ball
- Boccia
- Golombiao
- Baloncoli
- Tenis de mesa

Materiales

- Cancha de voleibol (patio o salón)
- Malla y soportes de voleibol
- Balones de voleibol
- Balones inflables tipo Pilates
- Boccias (fuchies) de colores
- Mesas de tenis de mesa
- Mallas y soportes de tenis de mesa

Cronograma de prácticas

Se anexa el cronograma previsto para la realización de las prácticas deportivas de acuerdo a la disposición de días y tiempos estipulados por el INPEC que me fueron informados en el dialogo con Laurencio Blanco quien es el Coordinador de prácticas deportivas de la cárcel La Modelo, además él me contó que a finales de Octubre se dará inicio a los juegos penitenciarios en diferentes disciplinas como atletismo 100mts. planos y 5000 mts, futbol, microfútbol, banquitas, voleibol, baloncesto, ajedrez y tenis de mesa, esperando de mi parte poder ser participe en la organización de estas actividades, aunque varias de ellas se realicen en los tiempos destinados para las prácticas deportivas del proyecto, sin dejar de lado las observaciones y anotaciones respectivas en el desarrollo de estas actividades.

CRONOGRAMA PARA PRÁCTICAS DEPORTIVAS			
MES: OCTUBRE			
			VIERNES 5
	MARTES 16		VIERNES 19
LUNES 22		JUEVES 25	
LUNES 29	MARTES 30		

CRONOGRAMA PARA PRÁCTICAS DEPORTIVAS

MES: NOVIEMBRE	
	JUEVES 1
	JUEVES 8
	JUEVES 15
LUNES 19	JUEVES 22
LUNES 26	JUEVES 29

CRONOGRAMA PARA PRÁCTICAS DEPORTIVAS	
MES: DICIEMBRE	
LUNES 3	JUEVES 6
LUNES 10	JUEVES 13

CRONOGRAMA PARA PRÁCTICAS DEPORTIVAS	
MES: FEBRERO	
LUNES 11	JUEVES 14
LUNES 18	JUEVES 21
LUNES 25	JUEVES 28

CRONOGRAMA PARA PRÁCTICAS DEPORTIVAS	
MES: MARZO	
LUNES 4	JUEVES 7
LUNES 11	JUEVES 14
LUNES 18	JUEVES 21
LUNES 25	JUEVES 28

7.3.4. Anexo 4. Diarios de campo.

Diarios de campo: Cárcel la Modelo de Bogotá

Sesión #: 1ª reunión en cárcel La Modelo

Fecha: 5 de Octubre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: cárcel La Modelo

Hora: 9:00am

Viernes 5 de Octubre: el señor Laurencio me pudo atender a las 9:30 en una tienda al frente de la cárcel La modelo, me gasto un tinto y comenzamos a charlar sobre mi proyecto, me dijo que no podía ingresar ese día y que debía llevar los siguientes documentos:

- Carta de presentación de la universidad
- Cédula original y carné

Me dijo que lo podía llamar entre 12 y 2 pm y después de las 5pm para cualquier cosa. Me preguntó si traía la propuesta y se la mostré, además me contó que la última semana de Octubre se iniciarían los juegos penitenciarios, y que estos tenían las siguientes disciplinas deportivas:

- Fútbol
- Microfútbol
- Banquitas
- Voleibol
- Baloncesto
- Ajedrez
- Tenis de mesa, eliminación directa
- Atletismo: 100 mts planos y 5000 mts

Estas competencias se realizarían de lunes a viernes en la mañana y en la tarde, que se realizaban para integrar a los internos y también eran con carácter competitivo, que los

internos estaban a la expectativa todo el tiempo. Que había cierta dificultad por los traslados que habían que hacer.

Que sí había un traslado del juego a la vida en las relaciones sociales, menos tensos y más sociables.

Sobre la propuesta le pareció bien al señor Laurencio y acordamos para que yo asistiera los martes y viernes de 9:00 am a 11:30 am.

Me contó que por cada patio había una cancha múltiple y que en el patio de adultos mayores habían aproximadamente 80 personas para trabajar, y que en total habían 10 patios.

Le entregué la propuesta y la convocatoria y me dijo que ajustara la convocatoria con los días y horas ya establecidos.

Que debía portar una prenda institucional todo el tiempo para mi identificación más fácil por la guardia.

Quedamos en que la próxima sesión realizábamos la presentación del proyecto con los internos y hacíamos la convocatoria.

La carta de presentación debía ir dirigida al Dr: Cesar Augusto Ceballos, Director de la cárcel la modelo.

Sesión #: ir por la carta de presentación a la Universidad Pedagógica Nacional y llevarla a la cárcel La Modelo

Fecha: 16 de Octubre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Universidad Pedagógica Nacional, sede Valmaría

Hora: 9:00am

Martes: fui a la universidad sede Valmaría por la carta de presentación que había solicitado la anterior semana, la llevé al señor Laurencio Blanco en La Modelo quien me la recibió y me dijo que fuera la próxima vez porque ya a esa hora (10:30am) no se podía hacer nada, ya que los internos recibían el almuerzo a esa hora.

Me atendió unos pocos minutos y se entró rápido a la cárcel.

Sesión #: 1ª sesión

Fecha: 19 de Octubre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad, y patio 5A

Hora: 9:00am

Viernes: el señor Laurencio trajo consigo la carta de presentación y me dijo que esperara para el permiso de entrada de ese día, luego ingresé y dejé mi carné en la recepción mostrando el permiso, fuimos a la oficina a dejar la maleta y demás elementos prohibidos como monedas, celular y llaves, pasé por la primera requisita y mostré el permiso (la guardia lo pide para saber a dónde va uno), allí me colocaron el primer sello, adentro hay un almacén donde está el material deportivo, recogimos las fuchis que le había dado a guardar al señor Laurencio previamente y dos balones de voleibol, pasamos por el segundo control donde me requisaron también, me pidieron el permiso y me colocaron el segundo sello, nos dirigimos al patio de tercera edad, al patio de educativas sur y al patio 5A, reconociendo los espacios donde iba a realizar las prácticas y conociendo al monitor de patio encargado con el que podría hablar para convocar a las personas, también estaban allí las Personas Privadas de la Libertad que nos preguntaban quiénes éramos y que íbamos a hacer pero por el poco tiempo apenas alcance a decirles que haríamos unas prácticas deportivas para los adultos mayores, en el recorrido conocí a la señora Fanny quien también está encargada de educativas y prácticas deportivas, luego salimos pasando por los dos controles de seguridad hacia la oficina del señor Laurencio, allí me indico que debía llevar mi ARL, EPS y la propuesta con los días que iba a realizar la práctica y las horas, también que si podía portara el carné de la universidad visible todo el tiempo, salimos de la cárcel hacia la 26 con el señor Laurencio y la señora Fanny, allí me presentaron al psicólogo que trabaja con el SENA, el practica tenis y quedamos de jugar en su conjunto.

Interpretación: en esta sesión se puede ver como el equipo de trabajo de las educativas no funciona aisladamente sino en conjunto con el Sena, se puede ver que en los patios a los que visitamos se crean expectativas por las prácticas y cada monitor se presenta y se ve entusiasmado con la idea, me ofrecen su apoyo y que lo que necesite está a la orden, el material de trabajo solo se utiliza para contar un poquito sobre las prácticas que se piensan realizar pero no se usa directamente en las actividades, las personas se acercan

con intriga e interés y nos preguntan que qué vamos a hacer, les cuento un poco sobre el proyecto porque solo íbamos a hacer el reconocimiento de los espacios y no nos estábamos demorando mucho en cada patio. La comunicación se dio de buena manera, pude aclarar dudas sobre los lugares destinados a las prácticas deportivas en los mismos patios, con el dialogo con las personas y a través del recorrido realizado. El psicólogo me cuenta que él practica tenis y me pregunta que si yo juego para cuadrar un partido en su conjunto, la señora Fanny se ve muy sería pero al dialogar con ella le cuento sobre el proyecto y me dice que cualquier cosa que necesite también puedo acudir a ella.

Sesión #: 2ª sesión

Fecha: 22 de Octubre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: patio de tercera edad, y patio 1A

Hora: 9:00am

Lunes: se cambian los días de prácticas por recomendación del profesor Juan Carlos Ibarra por los lunes y jueves de 9:00 am a 11:00 am para no perder dos días de clase del énfasis.

Llamé al señor Laurencio a las 9:00 am, él sale a las 9:15 am y me dijo que iba a tramitar el permiso de ingreso, volvió a las 10:00 am e ingresé, se muestra la cédula y el permiso en la recepción y se deja un documento diferente, nos dirigimos a la oficina del señor Laurencio para dejar mis cosas, fotocopio el permiso porque a veces hay que dejarlo en los controles y procedemos a pasar por los dos controles donde realizan las requisas, miran el permiso de ingreso y me colocan sello en el brazo, si uno ingresa materia también es revisado, este día ingresé las fuchies y dos balones de voleibol, nos dirigimos al patio de tercera edad, allí el señor Laurencio me presentó al señor José quien es el monitor de ese patio y es quien convoca para las actividades deportivas y para las “educativas”, reconocí el “patio” de prácticas, siendo este pequeño y encontrándose una malla de voleibol bordeando un jardín pero no hay porterías de micro o tableros de básquet, nos reunimos en el cuarto piso para realizar la presentación pero solo pudimos hablar 10 minutos porque los espacios estaban siendo utilizados por otros profesionales en el momento, así que fui con el señor Laurencio al patio 1A a realizar la presentación

del proyecto pues el señor Laurencio definió estos dos patios para realizar las prácticas, en el patio de tercera edad los jueves y en el patio 1A los lunes, al llegar al patio 1A me presenta con el señor de Derechos Humanos con quien me podría comunicar para convocar y organizar los grupos de trabajo, ingresé al patio y don Julio me dijo que esperara mientras él hacía el llamado y venían las personas a inscribirse, hice la lista como me indico don Julio y nos reunimos en el patio para hacer la presentación, me presenté, presenté el proyecto y realizamos una dinámica de integración: cada uno decía su nombre y un deporte que les gustara, luego debían decir el nombre de un compañero al que le iban a enviar el balón de voleibol con las manos, el grupo fue creciendo y tuvimos que abrir el círculo.

Posteriormente explique la dinámica del Cachibol donde se puede agarrar el balón por tres segundos y comenzamos a “demorarlo” unos segundos mientras decidíamos a quien pasarlo, al cabo de unos minutos me dijeron que querían jugar partido y dividimos el grupo en dos, usando una cuerda de colgar la ropa como malla divisoria en el patio, empezaron a pasar el balón a un solo toque como habitualmente se realiza en el voleibol, allí les aconsejé atrapar el balón para tener control y poder decidir a quién pasárselo, así se evitó que el balón se cayera a cada momento al suelo y se empezaron a hacer pases intencionados, otro grupo de internos cogió una fuchie y empezaron a jugar pero ninguna se perdió solo me dijeron que si les regalaba una y otros internos que si les regalaba un balón de voleibol a lo que les respondí que no estaba autorizado a dejar les material. Al final de la práctica no alcanzamos a realizar estiramientos, algunos se despidieron de mano y otro de voz, se inscribieron los que hacían falta y de allí pasaron a recibir la “dieta” como le dicen al almuerzo, salí del patio a la oficina del señor Laurencio a recoger mis elemento personales.

Interpretación:

Varios internos me preguntaron que a qué iba a hacer allí, esto quiere decir que les generó una expectativa el estar alguien externo allí con unos balones, tanto en el patio de tercera edad como en el 1A.

El grupo del patio 1A se fue agrandando, algunos internos estaban en educativas y apenas terminaron se unieron a nuestro grupo, otros más se inscribieron al final de la práctica manifestando su interés en asistir a las mismas.

Varios internos me dijeron que muy bueno ese tipo de actividades, que eso era lo que necesitaban porque adentro no hacían nada, me propusieron que se hicieran aeróbicos y entrenamiento de fortalecimiento con el peso corporal, hay un sentido de identidad y reconocimiento consigo mismos, al final algunos me dieron la mano para despedirse, otros se despidieron de voz y otros simplemente se dirigieron a recibir el almuerzo, se veían sonrientes no sé si siempre están así o la práctica del día les permitió subir el ánimo.

El saludo con los monitores de patio es con la mano, algunos internos se acercan y también me saludan de mano al inicio, la mayoría me dan las gracias y quedamos de encontrarnos el próximo lunes.

Sesión #: 3ª sesión

Fecha: 25 de Octubre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am

Jueves: ingresé a la cárcel mostrando el permiso y dejando el carné del servicio militar en la recepción, me dirijo a la oficina del señor Laurencio a dejar mis cosas, nos dirigimos al patio de tercera edad luego de pasar por los controles y recoger el material del almacén. Ya en el patio don José, el monitor, hace el llamado y convoca a las personas quienes manifestaron que hagamos la práctica adentro en el edificio para evitar que algunos compañeros se burlen, subimos al 3er piso donde había una mesa grande, sacaron sillas y la mayoría se sentaron, me presenté, presenté el proyecto y realizamos una dinámica de integración, con un balón de voleibol arranqué diciendo mi nombre y el deporte que me gustaba y pasaba el balón al compañero de mi derecha para que él también dijera su nombre y el deporte que le gustaba, luego de que todos pasaron el balón y volvió a llegar a mí, realizamos pases con el pie al compañero de al lado derecho (con cualquier pie) la siguiente ronda pasarlo a la derecha con el pie izquierdo y luego pasarlo a la izquierda

con el pie derecho, un señor que dijo que iba a participar sentado porque estaba en muletas resulto jugando de pie y a veces dejaba las muletas y se sostenía de la mesa, a todos nos dio risa y le dijimos que eso era un milagro porque hasta sin muletas estaba jugando, luego realizamos movilidad articular cada uno en su sitio y realizamos estiramientos en el puesto, posteriormente empezamos a realizar lanzamientos con la fuchie, yo se las enviaba y ellos me la devolvían tratando de atraparla con una sola mano y sin apoyo del pecho, luego enviarla con mano derecha y con mano izquierda, esto como reconocimiento al material para Boccia y del acercamiento a los lanzamientos. Cambiamos de nuevo al balón de voleibol para pasarlo con antebrazos de brazo a brazo (no lanzado) al compañero de la derecha desde la posición básica con leves flexiones que no causen dolores articulares, luego hacemos pase tomando el balón con ambas manos y los brazos extendidos con ayuda de la rotación de la cadera hacia la derecha e izquierda, pasamos a hacer equilibrio del balón en antebrazos durante 5 segundos y pasarlo al compañero, una ronda por derecha y ronda por izquierda, terminamos con estiramientos y retroalimentación, algunos manifiestan que ellos hacían deporte cuando jóvenes como atletismo, baloncesto o fútbol y que les gustaron las actividades.

Interpretación:

En las interacciones con el balón y las fuchies se ve la regulación de la fuerza para no pegarle al compañero o al orientador, algunos compañeros intentan ayudar al que no puede hacer los ejercicios dándole indicaciones de cómo hacerlo, cuando alguien se queda sin tocar el balón un compañero se lo pasa para que participe, el señor que estaba en muletas logró participar sin las muletas manteniendo su propio equilibrio por momentos y generándonos asombro por ese logro, a todos nos dio risa y le hacíamos bromas como “milagro, milagro se sanó” y hasta el mismo se reía y se veía emocionado, algunos internos se quedan dialogando conmigo luego de finalizar la práctica mientras los demás se dirigen a recibir el almuerzo, este se entrega en el primer piso y se distribuye al ser llamados por los patios. En medio de la práctica realicé una breve descripción del Boccia y por esa razón trabajamos con las fuchis, algunas personas no pueden agarrar la fuchi si no es con la ayuda del pecho pero poco a poco lo logran hacer de una mejor manera, a todos se les dificulta trabajar con la mano no dominante pero lo intentan.

Sesión #: 4ª sesión

Fecha: 29 de Octubre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio 1A

Hora: 9:00am

Lunes: entré hasta la oficina del señor Laurencio a dejar mis elementos personales y nos dirigimos al patio 1A.

Allí don Julio hizo el llamado y cuando las personas vinieron hice la lista, vinieron 19 personas, realice una breve presentación porque habían varias personas “nuevas”, realizamos movilidad articular y estiramientos, realizamos lanzamientos del balón de voleibol caminando en círculo, rotando en el sentido de las manecillas y contra las manecillas del reloj, división del grupo en dos ubicándose al frente del compañero, yo participé para completar las parejas, hicimos lanzamientos por encima de la cabeza a dos manos, el primero al compañero del frente varias veces, luego al compañero en diagonal y así hasta que el balón volviera al primero, luego hicimos lanzamientos rastreros con la misma dinámica: al frente y diagonal. Pasamos a la explicación del deporte Boccia y realizamos algunas rondas de familiarización con las fuchis con la dinámica del Boccia, en estas rondas ganó un equipo, el más “fuerte” pero en las siguientes que ya era contando los puntos de cada equipo el que había perdido ganó más rondas, cada vez una persona diferente mandaba la Boccia “Diana” y alternábamos la mano lanzadora entre una ronda y otra una con mano dominante y otra con mano no dominante. Al final jugamos tres encuentros, el tercero de desempate porque iban 1-1, los que iniciaron perdiendo fueron los ganadores pero todos quedaron contentos, yo les hacía la comparación en los lanzamientos con el tejo en el cual el brazo se mueve como un péndulo y se realiza el lanzamiento, finalizamos con estiramientos y retroalimentación, la practica fue bien recibida ya que se asoció con el lanzamiento del tejo, al inicio yo media para ver si alguna Boccia estaba más cerca que la del otro equipo pero luego pedí el favor que ellos mismos midieran esas distancias (figura del árbitro), al realizar los lanzamientos ya algunos identificaban a que equipo le correspondía lanzar, algunas jugadas fueron emotivas como cuando la Boccia tocaba la diana o cuando movía otra Boccia, nos daba

risa y asombro del lanzamiento, en cada ronda que pasó se aproximaban más y más cerca a la “Diana” incluso quedando pegado a esta, realizamos estiramientos, algunos me comentan que qué chévere y que cuando podemos ir a la cancha, los demás se dirigieron a recibir el almuerzo, nos despedimos con algunos de mano y otros de voz, yo salí con el material hacia la oficina del señor Laurencio, tome mis elementos y salí de la cárcel.

Interpretación:

Se recibe gran acogida por parte de los internos, incluso algunos que no eran adultos mayores se acercaron a preguntar sobre que íbamos a realizar y participaron de la práctica, algunos de los que observaban animaron a sus compañeros, se reían de los lanzamientos participando de manera observativa y dando ánimos.

Se utilizaron 14 Boccias las cuales se rotaron entre los compañeros que había en cada equipo, la “Diana” fue lanzada por un compañero diferente en cada ocasión, permitiendo que todos hagan la el primer lanzamiento (o la salida) aunque por el número de personas que habían solo algunos lo logran realizar pero sin repetir.

La comunicación se da constantemente de manera respetuosa entre los equipos y sus integrantes, hacen chistes y dan indicaciones a los que ven que se les dificulta hacer el lanzamiento, al haber duda de qué Boccia está más lejos yo les pregunto y si no es tan evidente les pido que hagan la medición ellos mismos, no se presentan trampas de medidas de las Boccias hacia las “Dianas”.

Un señor adulto mayor que nos observaba me pregunta que si puede jugar y se integra a uno de los equipos. En la parte final al hacer la retroalimentación les pregunte que cómo les parecieron las actividades y me dicen que chévere, que muy bueno eso y que cuando vamos a ir a la cancha de fútbol, quedo pendiente de darles una respuesta ya que desconozco el procedimiento para sacarlos del patio, nos despedimos de mano con la mayoría y escucho que se quedan hablando de los juegos, todos se van contentos y algunos se dirigen a recibir su almuerzo.

Sesión #: 5ª sesión

Fecha: 1° de Noviembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am

Jueves: ingresé a la cárcel y me dirigí hacia la oficina del señor Laurencio, él me dice que este día no puedo ingresar porque estaban haciendo requisas a los internos y que se les pasó avisarme, me muestra algunas fotos de la inauguración de los Juegos Penitenciarios que había sido el 30 de Octubre, y conversamos sobre la fecha para realizar el campeonato de tenis de mesa para que si fuera posible se hiciera un lunes o un jueves que son los días que voy a las prácticas. Nos despedimos y salgo de la cárcel.

Interpretación:

Faltó comunicación por parte del señor Laurencio de haberme avisado que yo no podía ingresar pero le pude recordar que yo deseaba ayudar en la organización del campeonato de tenis de mesa y que ojala se hiciera uno de los días que asisto a las prácticas.

Sesión #: 6ª sesión

Fecha: 8 de Noviembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am

Jueves: ingresé hasta la oficina del señor Laurencio y me dice que ese día hay concierto de Tony Valero y de Alex Campos, que estaban coordinando la llegada de los artistas y que por tal motivo ese día no había práctica.

Le solicito al psicólogo que si le puedo hacer unas preguntas sobre lo que el percibe de las prácticas deportivas y me dice que sí, que tiene un rato para conversar.

Aunque él como tal no realiza prácticas deportivas si ve como las que realizan otros profesionales ayudan al desestres de los internos, a que se sientan competitivos y a que generen comunicación entre ellos para crear estrategias de juego, para regañar y para celebrar con los compañeros.

Además me contó sobre los cursos que dicta en su trabajo, estos son cursos de formación complementaria ofertados por el SENA y orientados hacia:

- Resolución de conflictos
- Manejo de emociones
- Trabajo en equipo

- Comunicación asertiva
- Emprendimiento innovador
- Ideas de negocios
- Cooperativismo y asociatividad
- Servicio al cliente
- Sistema de gestión y seguridad en el trabajo
- Promotor de paz
- Sustancias psicoactivas

Además de estos cursos también se ofrecen cursos virtuales cerrados que duran entre 40 y 120 horas, la idea es que las personas puedan tanto tener una buena estadía y relación dentro de la cárcel como la posibilidad de capacitarse académicamente para cuando salgan de prisión encuentren un empleo o monten su propia empresa.

Interpretación:

El psicólogo me brinda información sacando de su tiempo para dialogar, ya que a él tampoco lo dejaron ingresar a los cursos por el concierto, es muy abierto y puedo hacerle preguntas sobre lo que me está contando generándose un dialogo entre los dos, él ve con buenos ojos las prácticas deportivas porque nota un cambio de comportamiento en las personas, las percibe menos tensas y más activas al querer destacarse en los deportes, como interactúan con los compañeros de manera espontánea ya sea regañándolo, dándole indicaciones o celebrando un triunfo.

Este día el señor Laurencio también me permite hacerle una entrevista sobre las prácticas deportivas la cual se encuentra en el anexo10 (precisar el número)

Sesión #: 7ª sesión

Fecha: 15 de Noviembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Comedor Sur

Hora: 8:30am

Jueves: llamé al señor Laurencio a las 8:30am porque se me quedó el permiso de ingreso y le pedí el favor que me hiciera otro para entrar ese día. Ingresé y dejé mis elementos en

la oficina del señor Laurencio, luego de pasar por el primer control nos dirigimos al almacén donde se encontraba el material para realizar el campeonato de tenis de mesa de los Juegos Penitenciarios, sacamos dos mesas nuevas y una bolsa con mallas, raquetas y pinpones también nuevos, además yo llevé unas raquetas y pinpones por si los que habían no alcanzaban, de allí nos dirigimos al segundo control y al comedor sur, donde empezaron a llegar los grupos de internos y entre todos armamos las dos mesas, al momento llego otro grupo con una mesa (usada) y posteriormente un grupo más con otra mesa (usada), al armar las mesas les doy el saludo de bienvenida y les realizo un calentamiento primero con trote en el puesto y movilidad articular y luego con estiramientos.

De allí se distribuyen en las mesas y comienzan a jugar con el material que se trajo, algunos tiene sus propias raquetas, poco a poco llegaron los demás participantes y el señor Laurencio trajo a un señor que se encargó de conformar los partidos, él les explico que iba a conformar los partidos para jugar la primera ronda entre jugadores de distintos patios, el que perdía quedaba eliminado y el que ganaba seguía en la competencia, en cada mesa había un árbitro, yo arbitré con tres personas más que sabían hacerlo, luego de esta primer ronda el encargado hacía un sorteo delante de todos para la segunda ronda y así sucesivamente hasta llegar a las finales, los partidos se jugaron a 11 puntos y a 2 de 3 sets excepto las semifinales, el 3er puesto y la final que se jugaron a 3 de 5 sets.

Entre varias personas trajimos las mesas y el material de juego incluidos algunos internos, entre todos ayudaron a armarlas y les fue agradable ver mesas y material nuevo. Al convocarlos para darles las indicaciones vinieron y se acercaron sin problema, escucharon e hicimos el calentamiento y pasaron a las mesas, se les recomienda cuidar el material ya que es para el uso de ellos mismos, durante la jornada no se ve algún golpe a las mesas o a las raquetas.

Cuando llegaban a la mesa en donde yo estaba arbitrando me preguntaban cosas sobre el servicio o la cantidad de puntos y sets, o sobre cómo se iban a jugar las siguientes rondas, algunos me saludaban, otros cogían las raquetas y se ponían a calentar de una vez, yo les respondía las inquietudes sobre lo que tenía información, en el calentamiento los

compañeros bromeaban con ellos y se reían, y en los partidos también bromeaban pero un poco en tono más bajo.

El material que llevé fue utilizado: raquetas y pinpones, al final de la jornada faltaba una raqueta que otro de los monitores de un grupo dijo que la habían llevado a su patio y que luego nos la devolvían, mi raqueta de competencia fue utilizada y bien tratada pero el cuaderno de apuntes se perdió, allí se encontraba la entrevista que le había realizado a una funcionaria del Inpec y demás apuntes de clase del énfasis, el señor Laurencio me dijo que fue en un momento que se trasladó un grupo de muchachos de “Educativas” y que cuando pasaron por donde estábamos nosotros vio a un muchacho con un cuaderno y le preguntó que de quien era y dijo que de él, al terminar la final del torneo nos piden que les regalemos pinpones y con la autorización del señor Laurencio les entregamos pinpones tanto de los de la cárcel como de los míos, yo llevaba como 8 pinpones y los regalé todos, al final se hizo la premiación de los tres primeros lugares y se tomaron fotos de los ganadores y de los participantes, entre todos recogimos las mesas y el material, una de las mesas nuevas quedo de ser llevada para el patio de tercera edad de donde salió el campeón del torneo pero mientras tanto fueron llevadas al almacén y a sus patios respectivos.

Se presentaron puntos muy emocionante de remates y bloqueos: de que ambos remataban, de salvadas cuando hay malla o de culminación del partido cuando son los últimos puntos siendo todos muy emotivos tanto para los jugadores como para los espectadores, cuando una pelota interrumpe el juego no se molestan por la interrupción, el árbitro debe “cantarla” (parar la jugada) rápidamente para evitar que sigan jugando, esta cultura no era bien recibida en tiempos anteriores como hace una década donde los jugadores se molestaban y eran irrespetuosos entre ellos y con los árbitros en el contexto de partidos de clubes o de liga.

Nos despedimos de todos, con algunos de mano, guardamos el material en el almacén y nos dirigimos a la oficina del señor Laurencio donde recogí mis elementos personales y salí de la cárcel.

Interpretación:

El señor Laurencio muy amablemente me saca otro permiso aunque él estaba muy ocupado cuadrando las personas y los materiales para el torneo, este se logra programar para uno de los dos días que yo voy a hacer las prácticas como resultado que lo hablamos con el señor Laurencio.

Asisten 38 de los 52 inscritos porque algunos tienen que ir al médico y otros tienen audiencia o alguna reunión con el abogado que lleva su proceso, esta información me la brinda el organizador.

Todos participan del calentamiento y se ven dispuestos a estar activos en sus partidos, los que van quedando eliminados hacen barras a sus compañeros, molestan a un compañero africano llamado Kena, él habla en inglés, le hablan en inglés y le hacen bromas como gritos de euforia: “como on” “vamos” “Keeena Keeena” “Africaa Africaa” “buuuu” en algún momento pensé que se iba a molestar porque lo distraían pero él lo tomó como un juego y se sonreía.

Pude pasar algunos pinpones (calentar en la mesa) entre partidos con algunos internos mientras mandaban el siguiente partido de la mesa.

Cuando en las siguientes rondas les tocaba jugar con un compañero de patio pedían que si los podían cambiar pero ante la negativa del organizador por lo que fue por sorteo aceptaban jugar así.

Cuando les tocaba jugar con una raqueta gastada y se la pedían prestada a un compañero, estos a veces la prestaban y a veces no, lo cual es comprensible ya que si la dañaban nadie iba a responder, además se considera la raqueta como un elemento de uso personal.

Algunos cooperaron para armar, mover y colocar las mesas y las mallas, también para desarmar y alistar los elementos que se utilizaron.

Sesión #: 8ª sesión

Fecha: 19 de Noviembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio 1A

Hora: 9:00am

Lunes: ingresé hasta la oficina del señor Laurencio a dejar mis pertenencias y cuando pasamos el primer control me dice que le avisaron que no es posible ingresar al patio 1A

porque hubo heridos el fin de semana y que se suspendieron todas las actividades, me quedo en el almacén de deportes y me dice el señor Laurencio que ahorita regresa, en mis espera me encuentro a don José quien estaba al otro lado de la reja, nos saludamos y conversamos un poco, me cuenta sobre su salud, que le tienen que hacer exámenes del corazón y de pronto lo operan, que ya lo habían operado una vez, en la conversación le pregunto si le puedo hacer una entrevista guía sobre las prácticas a lo cual me dice que sí. El señor Laurencio vuelve a pasar por el lugar mientras seguimos conversando y dice que ya viene, cuando regresa ya hemos terminado la entrevista y nos disponemos a salir hacia su oficina, le agradezco a don José por su tiempo y colaboración y nos despedimos, la entrevista se encuentra en el **anexo 11 (precisar el número)**

Recojo mis elementos personales y salgo de la cárcel.

Interpretación:

Al señor Laurencio parece que tampoco le habían avisado que no habían prácticas ese día, ya cuando estábamos en el almacén (pasando el primer control) él sale y recibe la información, cuando me encuentro con don José él muy amablemente me atiende, me cuenta sobre su salud y accede a que le realice una entrevista sobre las prácticas deportivas que estoy realizando, esta es una percepción de alguien que no participa activamente en las prácticas porque es uno de los monitores, pero si está pendiente de convocar al grupo de “Educativas” y de deportes, de tener las asistencias al día y de alistar y prestarnos el material para las prácticas.

La seguridad es aumentada con un sensor de metales de todo el cuerpo y están pidiendo el permiso de ingreso con los materiales de la práctica autorizados a entrar.

Sesión #: 9ª sesión

Fecha: 22 de Noviembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am

Jueves: ingresé hasta la oficina del señor Laurencio a dejar mis elementos personales, el señor Laurencio me dice que para el día de hoy está programada una práctica recreativa de ajedrez pero por una reunión de y con derechos humanos no se puede realizar este día.

Me cambia el patio de práctica para el 1A porque varias personas del patio de tercera edad están en la capilla recibiendo la misa. Aún no se ha normalizado del todo el ingreso de personas externas.

Tras realizar el llamado yo mismo, vinieron 6 personas de las cuales varias se encontraban realizando manualidades como tejer y haciendo collares.

Ese día se realizaron juegos deportivos de habilidad como preparación para el Baloncolí, empezamos con un calentamiento en la cancha donde formando un círculo caminamos y vamos pasando el balón de basquetbol al compañero de al frente, luego lo pasamos al compañero de atrás, realizamos movilidad articular en el puesto, círculos hacia adelante con los brazos y hacia atrás, buena amplitud de movimiento con baja velocidad cuidando nuestro cuerpo, que no se genere dolor y que no suenen las articulaciones, entrelazar los dedos y realizar circonducciones amplias con las muñecas hacia ambos lados, articulación del cuello adelante-atrás y hacia los lados, rotaciones controladas del tronco, elevación de rodillas alternamente, circonducciones de tobillos y estiramientos dirigidos.

Comenzamos driblando el balón con la mano hábil y pasarlo al compañero con un rebote en el suelo, luego cambiamos de mano, se nota como se dificulta el realizar el ejercicio con la mano no dominante, damos un paso adelante y continuamos driblando; con el balón de voleibol realizamos pase de dedos, se enfatiza el soltar el balón con las yemas de los dedos y las muñecas, cuando alguien se queda sin tocar el balón por “largo” tiempo, algún compañero se lo pasa integrándolo al ejercicio, los pases pueden ser a cualquier compañero del círculo a “don cangrejo” que se le dificulta, los compañeros le dicen cómo hacer el pase y poco a poco lo logra realizar, pasamos a hacer control y pase con antebrazos, primero al controlar el pase que viene con dedos, varios minutos hasta mejorar el control y luego pasando solo con antebrazos tratando de no dejar caer el balón al suelo, se recomienda no tensionar a la hora de golpear el balón sino de relajar los brazos para que el balón no choque bruscamente sino que pueda ser amortiguado.

Seguimos con pases a dos manos tipo lanzamiento de “cucharita” lateral, aquí se recomienda separar y flexionar levemente las piernas para tener estabilidad y para impulsar un poco más el movimiento, se realizan por derecha y por izquierda. Realizamos dos equipos de a tres personas para jugar a hacer gol con la mano, se pueden hacer hasta

tres pases y buscar el espacio para hacer el lanzamiento y conseguir una anotación, se delimitan tres cuadrados para el ancho de las canchas (como 5 metros) y cada equipo solo puede pasar avanzar hasta el centro de la cancha, si pasan más allá el balón pasa a posesión del otro equipo, cada cierto tiempo rotamos los equipos con un movimiento a la derecha hasta que todos hayan rotado, terminamos con estiramientos dirigidos y la retroalimentación del día, me dicen que les gusto y que ojala pudieran salir a la cancha de fútbol a jugar y caminar y por cambiar de sitio, yo les digo que habían prohibido las salidas por los desórdenes del fin de semana, también manifiestan agrado por el partido y por los ejercicios, se sienten activos y capaces de realizar los ejercicios. Los balones que no se usaban en el momento con tercera edad eran utilizados por los otros internos sin pedirlos prestados, en varias ocasiones mandaron el de voleibol al tejado con tan buena suerte que volvió, les pedí el favor que cuidaran el material y tuvieron más cuidado.

Interpretación:

Por acercarse la época decembrina se evidencian actividades de recogimiento y reflexión como el asistir a misa, el señor Laurencio no me había dicho sobre la actividad del ajedrez pero se logra trabajar en el patio 1A.

En las actividades participaron 6 personas de tercera edad pero al otro lado de la cancha se reunieron varios adultos a jugar con el o los balones que tenían, puesto que ingresé uno de baloncesto, uno de voleibol y uno de fútbol, cuando les pedí a ellos que cambiáramos de balón no hubo inconvenientes.

El grupo se ve bastante activo, varios de los que participan ya han estado con nosotros en prácticas anteriores y aunque no es el día que les habíamos asignado sino jueves participaron activamente y con agrado.

La comunicación se genera en varios sentidos, pues tanto yo oriento los ejercicios, nos comunicamos con los internos, y entre ellos se hacen correcciones para poder hacer mejor los ejercicios, esto a la vez demuestra que algunos son conscientes de los movimientos técnicos, de sus fortalezas y de las debilidades o falencias de los compañeros, se hablan sobre no tenerle miedo al balón cuando reciben un pase pero también nos autorregulamos con la fuerza para no hacernos daño.

Al inicio de la práctica la mayoría me saludan de mano, los nuevos por lo general llegan un poco tímidos y se despiden de mano.

Algunos señores adultos mayores nos observan mientras realizan sus actividades y les invito a participar abiertamente a lo que me responden con una sonrisa y una negativa. Recojo el material nos despedimos de mano con los participantes, dejo el material en el almacén y me dirijo a la oficina del señor Laurencio.

Don Laurencio me cuenta que mañana viernes 23 de Noviembre tendrán una actividad recreativa con el IDR (en la mañana) a lo cual yo le digo que sí puedo participar y me dice que no hay problema (que sí puedo participar y me dice que no hay problema).

Recojo mis elementos personales y salgo de la cárcel.

Sesión #: 10ª sesión

Fecha: 23 de Noviembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am

Viernes: ingresé hasta la oficina del señor Laurencio a dejar mis objetos personales. Me dirijo al patio de tercera edad donde se realizarán actividades recreativas, solo llevo el cuaderno y un esfero para realizar apuntes, allí me dirijo al 3er piso donde ya están los profesores del IDR y la profe Carolina a quien y me habían presentado anteriormente me dice que los apoye en el 4º piso donde están haciendo globoflexia, el profe me explica como inflar las bombas, y comienzo a inflarlas con una bomba de inflar llantas, ya que para inflarlas con la boca se necesita más práctica y yo no pude, inflé una bomba para cada uno de los internos incluidos el profe y yo, el profe nos explicó que íbamos a realizar una flor que no era difícil y más adelante podríamos hacer hasta un perrito o una espada.

Comenzamos a seguir las indicaciones que el profe nos daba las cuales consistían en medir como 2 o 3 dedos de distancia y girar firmemente, en el proceso pude ayudar en algunos pasos pero en otros solo el profe nos decía que hacer y que seguía, fue muy bonito como la figura se iba formando tanto para las Personas Privadas de la Libertad como para mí, a algunos se les reventó la bomba y tuvimos que inflar más bombas, poco

a poco se fueron formando las flores, el profe les colocaba unas ramitas hechas también con bombas y nos mostraba como ajustarlas, llegó el señor Laurencio y nos tomó fotos con las figuras que realizamos, de allí bajamos al tercer piso donde estaban haciendo manualidades, un farol con cartulina y papeles de colores que podían servir para el día de las velitas que es el 7 de Diciembre, allí de igual manera colaboré ayudando a cortar, armando o alcanzando materiales, algunos señores que no alcanzaron a terminar la figura con el globo bajaron y le preguntaban al profe que qué seguía y él les explicaba, el profe además nos explicó cómo hacer un perrito paso a paso y varios tratamos de hacerlo, al final nos quedaron varios “perritos” con orejitas de distintos tamaño o una patita más larga que la otra pero todos terminamos contentos de poder realizar las figuras, allí también nos tomaron fotos con las figuras y los faroles, recogimos el material que servía y los desechos a la basura, los profesores del IDRDR se despidieron y salieron del patio, don Miguel me dice que ya les habían llevado la mesa que les prometieron que si me quedaba un rato y jugábamos, le solicito al señor Laurencio el permiso y me dice que sí que hasta faltando 10 para las 12 y eran como las 10 y 20, al momento llegó el almuerzo y la mayoría se dirigió al primer piso a recibirlo, nosotros nos quedamos como 5 personas para alistar la mesa y las raquetas, comenzaron a jugar don Rafael y don Miguel, luego pase yo con don Miguel y don Rafael y así nos rotamos entre los tres, don Miguel si tenía su raqueta y la otra nos la prestó don José con pinpones y la malla, la raqueta de don Miguel también él nos la prestó y pudimos rotarla al jugar, mientras jugamos me contó que él era administrador de empresas y que jugaba tenis de mesa en Risaralda, que esperaba que en un mes más o menos ya le dieran libertad, además me recomendó algunos artículos y leyes que tienen que ver con participación y convivencia porque él había hecho parte de algunos comités y en la actualidad estaba en el comité de participación de la cárcel, con don Rafael charlamos de su forma de jugar, a él le gusta el tenis de mesa y juega bien, don Miguel le ha enseñado cosas técnicas y logramos hacer peloteos largos, le dijimos a los señores que estaban con nosotros que jugaran pero no quisieron, llegada la hora recogimos la mesa y le entregamos el material a don José agradeciéndole por su amabilidad, nos despedimos entre los que estábamos en ese espacio y salí del patio con mi cuaderno y esfero. Don Miguel me recomendó buscar la

ley de participación 17 57 de 2016, la ley 136 de 1994, ley 7 43 del 2000 que había sobre las comisiones de convivencia y conciliación, el decreto 23 50 del 2000, la ley 134 de 1994 sobre la participación ciudadana y la ley 15 52 del 2012.

Interpretación:

Se evidencia una mejora en la comunicación con el señor Laurencio pues él me contó “ayer” sobre la actividad de hoy y me permitió participar de la misma, yo ya había visto a la profesora Carolina en la oficina del señor Laurencio y es ella quien me pide que acompañe al profe de globoflexia en el 4° piso.

Las personas adultas mayores se veían concentradas tratando de seguir los pasos para hacer las figuras con los globos y a su vez asombradas y felices cuando la figura tomaba la forma deseada, el profe volvía a explicar un paso cuando le preguntaban y yo ayudaba cuando sabía cómo hacerlo.

Al bajar al tercer piso donde estaban haciendo manualidades los profesores continuaron su actividad, estaban dando el paso a paso para realizar un farol, por el poco material para recortar, o el poco pegante se lo rotaban con paciencia, allí de igual manera se terminaron de hacer las figuras con los globos y el profesor nos explicó cómo hacer un perrito a los que queríamos aprender.

Las personas más mayores se demoraron un poco más que las demás pero terminaron tanto el farol como la figura del globo, entre todos recogimos los desechos y el material que quedo sirviendo, nos tomaron otras fotos y los profesores del IDRDR se despidieron del grupo, del monitor, de mí y se fueron.

El señor Laurencio me autoriza a quedarme un rato más para jugar tenis de mesa, don José nos presta raquetas, pinpones y la malla.

Charlamos con los señores que se quedaron a jugar sobre las técnicas, sobre algunas leyes y artículos de convivencia y participación, sobre el paro de la Universidad Pedagógica, don Rafael me cuenta que su hija estudia artes escénicas en la Pedagógica y que está punto de graduarse, don Miguel me dice que quiere renovar su raqueta porque ya está un poco gastada, nos rotamos el material que hay y los tres turnos para poder jugar los tres que nos quedamos a jugar, los demás no se animaron a jugar sino solo a mirar por momentos, recogemos entre los tres el material y se lo entregamos a don José.

Me despido de mano de los señores y salgo del patio hacia la oficina del señor Laurencio. Recojo mis implementos y salgo de la cárcel.

Sesión #: 11ª sesión

Fecha: 6 de Diciembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am

Jueves: ingresé hasta la oficina del señor Laurencio para dejar mis elementos personales y nos dirigimos al almacén por el material, 3 balones: uno de voleibol, uno de basquetbol y uno de futbol, e ingreso al patio de tercera edad.

La mesa de tenis de mesa estaba armada en el patio y habían dos señores jugando, observo que no están los monitores del patio y me dicen que están en la capilla recibiendo la misa, así que empiezo a convocar yo mismo para realizar la práctica del día, al hacer el llamado veo pocas personas de las que constantemente asisten a las prácticas y me dicen que unos salieron por asunto médico y que otros también fueron a la capilla a recibir la misa, para el día de hoy estaban programados unos ejercicios de familiarización para poder realizar un encuentro de Baloncolí, no había espacio en el patio y solo habíamos 4 personas tras hacer el llamado, considero conveniente que entre los que estamos decidamos si realizamos la práctica como estaba planeada o si trabajamos hoy tenis de mesa por las condiciones dadas, decidimos trabajar tenis de mesa y les pedimos el favor si podíamos usar la mesa a los que la estaban utilizando pero que igual ellos podían participar de la actividad a lo que nos dicen que sí. Comenzamos caminando alrededor de la mesa, articulamos brazos, muñecas, piernas y tobillos, hacemos rotaciones controladas de tronco y hacemos estiramientos, ya en mesa arrancamos con el juego del mosquito con dos raquetas dando la vuelta alrededor de la mesa, un señor que no podía caminar rápido solo pasaba atrás de la fila después de hacer una ejecución, así lo hicimos por derecha y por izquierda, al comienzo perdíamos muy fácil y no había continuidad, poco a poco le cogieron el tiro y no le daban tan duro, se hicieron pocas correcciones como el agarre de la raqueta, pero en general ellos mismos fueron ajustando la fuerza, el tener que utilizar solo dos raquetas (las que habían) al comienzo no se las pasaban al compañero sino que

se quedaban observando si su tiro pasaba al otro lado, poco a poco se acordaban que había que pasar la raqueta al compañero, luego realizamos dos filas: una en cada esquina de la mesa, en la derecha para hacer drive y en la izquierda para hacer revés con la misma dinámica de hacer una ejecución y pasar la raqueta al compañero en cada fila, luego invertimos las filas para que todos pudieran hacer ambos golpes (drive y revés), llegó un momento de gran fluidez donde no perdimos la serie por un gran tiempo, esto los motivó de gran manera porque mejoraron en muy poco tiempo, pasamos a hacer una fila para rematar de manera controlada y esto les permitió soltarse un poco ya que la mayoría del tiempo estuvieron controlando la fuerza, luego hicimos una demostración de drive y revés con don Miguel Gaitán quien fue el ganador del torneo de tenis de mesa de los Juegos Penitenciarios, por último estiramos alrededor de la mesa, realizamos la retroalimentación y les agradezco por la acogida que me dieron puesto que hoy es el último día en este patio.

Interpretación:

Se siente el ambiente decembrino por las actividades que se realizan en general, como limpiezas generales, sacar basuras, momentos de recogimiento en la capilla al recibir la misa, nostalgia en el ambiente.

Logramos ponernos de acuerdo para decidir que práctica realizar el día de hoy, y aunque solo habíamos 4 personas al inicio, en el transcurso de la actividad participaron 14 personas aproximadamente de forma activa y muchos otros nos observaron e interactuaban con comentarios y chanzas.

A pesar de que solo teníamos dos raquetas se pudo lograr una rotación de las mismas para que todos las utilizaran.

La regulación de la fuerza les permitió comprender que para pasar la pelota al otro lado de la mesa no es necesario darle con mucha fuerza sino por el contrario, suavemente y con un ángulo apropiado de la raqueta se puede lograr este objetivo y mantener el peloteo por largo tiempo.

Un señor que no podía caminar bien no daba la vuelta a la mesa sino que hacía una ejecución y caminaba a la cola de la fila, habían dos personas zurdas las cuales se les

indicó que hicieran los movimientos opuestos al resto de los compañeros es decir cuando los diestros hacían drive ellos hacían revés y viceversa.

La despedida fue muy emotiva pues en este momento les dije que era nuestra última práctica del año y les agradecí por la acogida que me brindaron en el transcurso de las prácticas, de igual manera me agradecieron muy afectivamente por asistir y me dijeron que ojala volviera y que lo que necesitara estaba la orden, nos despedimos de mano con los que quedaban.

Don Rafael me contó de nuevo que su hija estaba a punto de graduarse de la Pedagógica, que el paro no le había hecho perder el semestre y que él estaba muy contento, don Miguel me contó que está tramitando su salida y que pronto le darán la libertad, que además quiere cambiarle los cauchos a su raqueta porque ya llevaba un buen tiempo con ellos, otro señor me dice que chévere ese tipo de prácticas que él no había visto a sus compañeros tan animados y contentos (él no había visto a sus compañeros tan animados y contentos), que él no había participado pero desde arriba nos había visto y que muchas gracias, nos terminamos de despedir de mano y salgo del patio hacia la oficina del señor Laurencio, él me cuenta que nos alcanzó a observar unos momentos desde arriba y que vio una buena participación, que la gente estaba muy contenta y animada y me felicitó, nos dirigimos a su oficina, recojo mis elementos personales y salgo de la cárcel.

Sesión #: 12ª sesión

Fecha: 10 de Diciembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio 1A

Hora: 9:00am

Lunes: ingresé hasta la oficina del señor Laurencio y dejé mis elementos personales, nos dirigimos al almacén por el material y pasamos al patio 1A.

Realice el llamado ya que el señor de Derechos Humanos no se encuentra presente, además me ayuda a hacer el llamado “el anunciador”, un señor de chaleco verde tiene un estampado que dice “anunciador”, varias de las personas que suelen participar de las prácticas se encuentran tejiendo, en una reunión religiosa o hablando con los compañeros, es así que poco a poco van viniendo para realizar la práctica, comenzamos 6 personas

conmigo, realizamos un círculo y caminamos articulando brazos, muñecas y hombros, en el sitio articulamos muslos, cadera y tobillos y realizamos estiramientos dirigidos, seguimos con dribbling en el puesto y pase al compañero de la derecha e izquierda, hacemos pases por encima de la cabeza y pases de pecho cuidando la fuerza de envío del balón para no hacerle daño al compañero, de igual manera si al que quiero enviarle el balón está muy lejos debo acercarme un paso y tomar mayor impulso para no sobre esforzar el cuerpo en el pase, realizamos “cucharita” lateral haciendo rotación del tronco en el impulso y en el lanzamiento, este ejercicio por derecha e izquierda con posición de semi-flexión de piernas y tronco para no ir a perder el equilibrio y para impulsar mejor.

Luego trabajamos con el balón de voleibol pases con dedos, primero de la forma que cada uno podía y luego tratando que el balón sea tocado con las yemas de los dedos y no con la palma y que las muñecas ayuden a realizar el último movimiento del pase (acompañamiento), en este ejercicio a algunos se les dificulta y le siguen colocando las manos completas al balón, los compañeros les explican y les demuestran cómo debería ser el pase; “pásalo solo con las yemas” le dice uno, “no saltes” le dice otro, todos los animan cuando ven que pueden hacerlo, pasamos a amortiguar el pase del compañero con antebrazos, se deben relajar los brazos y acompañar al balón en el descenso con las piernas, al comienzo el balón les rebotaba con muy poco control pero con las repeticiones e indicaciones que dimos fueron mejorando, al pasar unos minutos y mejorar en el control ahora si tratábamos de dirigir el balón directamente con los antebrazos a un compañero sin tener que detener la jugada, se logró realizar varias veces con pases a los compañeros cercanos, estos momentos nos causaron gran emoción pues fue un gran avance el mantener el balón sin que cayera al suelo, luego pasamos a realizar pases con el balón de fútbol con pie derecho e izquierdo, saque como el del guardameta tomando el balón con las manos, lanzando al aire y pateándolo controladamente, para este ejercicio se recalcó pegar con el empeine de forma suave con el pie derecho, para pasar a hacerlo con el izquierdo todos dimos un paso adelante achicando un poco el círculo, por último hicimos lanzamientos con las manos con balón rastrero dándole dirección para que le llegue a un compañero, me despido agradeciéndoles por la participación y se despiden de mí de mano y muy agradecidos por las actividades, un señor adulto mayor y otro señor me

dicen que si les doy un balón, que si se los dejo para ellos jugar pero les digo no estoy autorizado para dejar material en los patios, en esos momentos llegó la comida y algunos van a la fila para recibir su almuerzo, me dirijo a la reja del patio y el dragoneante me permite salir y me entrega el permiso que le había dejado, al momento de salir del patio 1A me encuentro con el señor Laurencio quien llevaba un carrito con unos sandwiches y jugos que eran para los que se “graduaban” en alguna alfabetización y me dice que si tengo tiempo para acompañarlo a entregar los refrigerios a lo que conteste que sí, de allí fuimos a un sitio cubierto donde se realizan varias educativas, se encontraban compañeros egresados de la Pedagógica entregando los diplomas a los alfabetizados y tomando fotos, a ellos les entregamos refrigerios, luego nos dirigimos a un patio y a otro salón para seguir entregando diplomas y refrigerios y tomar fotos, al finalizar nos regalaron un refrigerio y salimos del patio al almacén a volver a dejar los balones en su lugar, de allí fuimos a la oficina del señor Laurencio, yo recogí mis elementos personales y salí de la cárcel.

Interpretación:

Yo mismo realicé parte del llamado ya que los monitores no se encontraban pero también me ayudo el “anunciador”, con lo cual poco a poco nos reunimos e iniciamos 6 personas de las cuales varias de ellas participan constantemente de las prácticas.

Se realizan correcciones entre ellos mismos sobre cómo hacer los ejercicios sin pasar al irrespeto, también hacen demostraciones a los compañeros que se les dificultan los ejercicios.

Me vuelven a preguntar que cuando vamos a ir a la cancha pero les cuento que no hay autorización para traslados en esos momentos, esa puede ser una motivación para la participación en las prácticas (salir del patio y poder ir a la cancha de fútbol).

En el transcurso de la práctica se aumenta el grupo llegando a haber 11 personas de las cuales algunas nos acompañan hasta el final y otras están un rato con nosotros pero se van antes de finalizar la práctica.

Hubo un momento de emotividad al lograr mantener el balón de voleibol sin que se cayera al suelo como fruto de las repeticiones y de la ayuda de los mismos compañeros sobre todo en el golpe de antebrazos.

No hay dificultad al pedir el balón que están usando las demás Personas Privadas de la Libertad de la población general, cuando necesitamos usarlo, simplemente les pido que por favor cambiemos el balón y ellos pueden seguir jugando.

No se pierden los elementos que utilizan otras personas aunque no nos los pidieron prestados, en alguno momento el balón de fútbol fue pateado muy fuerte y alto y cayó en el tejado pero afortunadamente para mí volvió, yo les pedí que cuidaran ese material ya que era para el uso de todos nosotros.

En la despedida les agradezco por el haberme recibido y por la gran disposición que han tenido en las actividades, les cuento que hoy es la última práctica del año y nos despedimos de mano con la mayoría, salgo del patio y cuando me encuentro al señor Laurencio me “invita” a participar (participar) de las entregas de los refrigerios, a presenciar la entrega de diplomas y a tomar algunas fotos, a lo que me hace sentir que soy alguien de su confianza, además que los profesores encargados de algunas alfabetizaciones y cursos eran egresados de la Pedagógica lo que genera un buen ambiente para las actividades a realizar cuando se enteran que yo también vengo de la Pedagógica, además me permiten tomarme unas fotos con ellos y me cuentan que eran tres profesores pero una profe no pudo volver.

Sesión #: 13ª sesión

Fecha: 13 de Diciembre de 2018

Docente: Raúl Rodríguez

Lugar: Patio de tercera edad

Hora: 9:00am


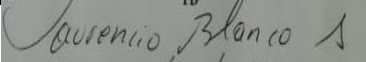
Jueves: para este día estaba programada la última práctica del año pero por las sustentaciones de trabajos de grado de los énfasis nivel dos para ese día, se dan por terminadas las prácticas el 10 de Diciembre.


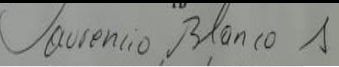
Interpretación:


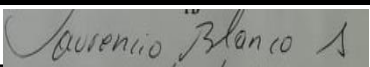
Le informé al señor Laurencio telefónicamente que no podía asistir a la última practica tan pronto nos citaron a las presentaciones del énfasis y él me dijo que no había problema, que muchas gracias por las prácticas y que quedábamos pendientes para


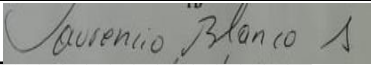
continuar el otro año, que lo que necesitara le marcara en los horarios que me había dicho.


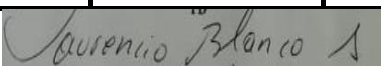
7.3.5. Anexo 5. Sesiones de práctica.


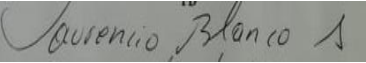
 <p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL</p>		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 19-oct-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto Mayor Hora: 9 a 11 am Patio: Tercera edad y 1A		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Presentación del estudiante y de proyecto al grupo, convocatoria general. Práctica de Catchball		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Presentación Convocatoria Dialogo	20 minutos	Presentación del estudiante y del proyecto a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	No se logra realizar lo planeado, apenas realizamos un reconocimiento de los espacios físicos donde se iba a trabajar.
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	No se logra realizar lo planeado, apenas realizamos un reconocimiento de los espacios físicos donde se iba a trabajar.
	Juego predeportivo hacia el Catchball	30 minutos	Decir el nombre del compañero al que se le va a lanzar el balón, lanzamiento libre, lanzamiento a dos manos	
	Partido de Catchball	30 minutos	Acercamiento a la dinámica del partido de Catchball, utilizar los 3 segundos permitidos Partido en equipos: se divide el grupo en dos	
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Que les gustaria practicar, que se puede implementar	No se logra realizar lo planeado, apenas realizamos un reconocimiento de los espacios físicos donde se iba a trabajar.
FIRMA DEL ENCARGADO: 				


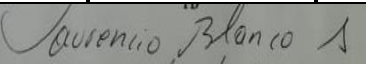
 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodriguez Rodriguez Fecha: 22-oct-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto Mayor Hora: 9 a 11 am Patio: Tercera edad y 1A		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Presentación del estudiante y de proyecto al grupo, convocatoria general. Práctica de Boccia y Catchball		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Presentación Convocatoria Dialogo	20 minutos	Presentación del estudiante y del proyecto a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a traves del dialogo	Se logra hacer un pequeña presentación del proyecto en el patio de tercera edad, por aproximadamente 10 minutos
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	Se hace la presentación del proyecto en el patio 1A
	Juego predeportivo hacia el Catchball	20 minutos	Decir el nombre del compañero al que se le va a lanzar el balón, lanzamiento libre, lanzamiento a dos manos	Se realiza esta dinamica para romper el hielo y entrar en confianza
	Partido de Catchball	20 minutos	Acercamiento a la dinamica del partido de Catchball, utilizar los 3 segundos permitidos	Se logran hacer pases con los dedos demorando un poco el balón Se realiza partido a pedido de los participacntes
FINAL	Juego predeportivo hacia el Boccia	20 minutos	Realizar lanzamientos dirigidos a un compañero con la mano dominante y no dominante sin golpearlo	No alcanzamos a realizar esta actividad por que se acabo le tiempo
	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Que les gustaria practicar, que se puede implementar	Tampoco alcanzamos a estirar, solo algunos se me acercaron y me dijeron que si les regalaba un balón
FIRMA DEL ENCARGADO: 				


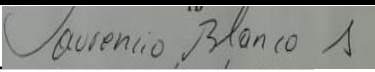
 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez		
		Fecha: 25-oct-18		
		Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo		
		Población: Adulto Mayor		
		Hora: 9 a 11 am		
		Patio: Tercera edad		
OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA		Presentación del estudiante y de proyecto al grupo, convocatoria general. Práctica de Boccia y Catchball		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Presentación Convocatoria Dialogo	20 minutos	Presentación del estudiante y del proyecto a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	Me presento y presento el proyecto, respondo dudas sobre los deportes desconocidos
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	En esta actividad ibamos articulando y presentandonos cada uno, hicimos movilidad articular en el puesto y estiramientos
	Juego predeportivo hacia el Boccia Partido de Boccia	30 minutos	Dos grupos, lanzar la Boccia y al que esta toque o le quede al frente deberá decir el nombre del compañero por el que fue lanzada Partido en equipos de a 6 personas	Se realizó la actividad en grupo lanzar y atrapar la fuchi, no alcanzamos a jugar partido
	Juego predeportivo hacia el Catchball Partido de Catchball	30 minutos	Pases de balón con mano habil, mano no habil y a dos manos Partido de acercamiento a la dinamica del Catchball	Se realizaron pases con antebrazos para no ir a golpear al compañero y por el espacio tan pequeño, no jugamos partido
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Que les gustaria practicar, que se puede implementar	manifestaron que les gustaron las actividades, realizamos los estiramientos y me dijeron que el atletismo, el futbol o baloncesto
FIRMA DEL ENCARGADO:				


 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez		
		Fecha: 29-oct-18		
		Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo		
		Población: Adulto Mayor		
		Hora: 9 a 11 am		
		Patio: 1A		
OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA		Presentación del estudiante y de proyecto al grupo, convocatoria general. Práctica de Boccia y Catchball		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Presentación Convocatoria Dialogo	20 minutos	Presentación del estudiante y del proyecto a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	Llamado y saludo inicial Breve presentación para los nuevos, resolver preguntas
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	Se realiza movilidad articular en el puesto y estiramientos
	Acercamiento a la dinámica del Cachibol	30 minutos	Caminando en círculo lanzar el balón a un compañero, luego dos grupos uno frente al otro lanzar el balón por encima de la cabeza y rasero al del frente y al que esta en diagonal	Se logra reunir un grupo grande todos logran enviar el balón al compañero que debían, por encima de la cabeza y rasero
	Acercamiento a la dinámica del Boccia Partido de Boccia	30 minutos	En círculo, realizar lanzamientos de la Boccia hacia la Diana, partidos de familiarización Partidos de competencia	Les gustaron las actividades y quisieron poder ir al patio, se divirtieron y estuvieron contentos, se juegan los partidos con las dinámicas aprendidas
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Que les gustaria practicar, que se puede implementar	Fue agradable la práctica del día, estiramos normalmente Les gustaría ir a la cancha de fútbol por salir y a jugar fútbol
FIRMA DEL ENCARGADO:				


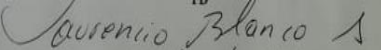
 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez		
		Fecha: 01-nov-18		
		Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo		
		Población: Adulto Mayor		
		Hora: 9 a 11 am		
		Patio: Tercera edad		
OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA		Práctica de Boccia y tenis de mesa		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada por realización de requizas a los internos
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada por realización de requizas a los internos
	Juego predeportivo hacia el Boccia	30 minutos	Realizar lanzamientos tipo tejo hacia un lugar cercano, alternando el brazo de lanzamiento, control de la fuerza, reacción de la pelota al pegar en el suelo, lanzamientos hacia la "diana"	
	Partido de Boccia Juegos predeportivos hacia el tenis de mesa, sensibilidad hacia los elementos de juego	30 minutos	Juego de mosquito, rotación en la misma fila, pasar la raqueta al compañero, sensación de raqueta, pin pon y mesa	
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada por realización de requizas a los internos
FIRMA DEL ENCARGADO:				


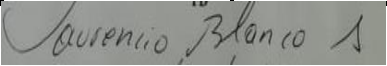
 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez		
		Fecha: 08-nov-18		
		Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo		
		Población: Adulto Mayor		
		Hora: 9 a 11 am		
		Patio: Tercera edad		
OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA		Práctica de Boccia y tenis de mesa		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada por realización de un concierto de Alex Campos y Tony Valero
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada por realización de un concierto de Alex Campos y Tony Valero
	Juego predeportivo hacia el Boccia Partido de Boccia	30 minutos	Realizar lanzamientos tipo tejo hacia un lugar cercano, alternando el brazo de lanzamiento, control de la fuerza, reacción de la pelota al pegar en el suelo, lanzamientos hacia la "diana"	
	Juegos predeportivo hacia el tenis de mesa, sensibilidad hacia los elementos de juego	30 minutos	Juego de mosquito, rotación en la misma fila, pasar la raqueta al compañero, sensación de raqueta, pin pon y mesa	
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada por realización de un concierto de Alex Campos y Tony Valero
FIRMA DEL ENCARGADO: 				


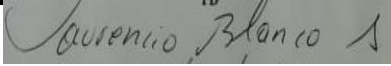
 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 15-nov-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: General, incluidos los adultos mayores Hora: 9am a 1:30pm Patio: Salón de comidas y educativas		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Torneo de Tenis de Mesa de los Juegos Penitenciarios		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo de bienvenida Anuncio del sistema de juego Calentamiento	20 minutos	Informar el sistema de juego a los internos inscritos, calentamiento fuera y dentro de la mesa, articular y estirar, realizar drive y revés en las mesas	Todos se acercan al convocarlos les doy la bienvenida y realizamos el calentamiento, explico el sistema de juego y se resu-
CENTRAL	Juego de partidos: Primeras rondas: Partidos a dos de tres sets Finales del torneo: Partidos a tres de cinco sets	2 horas y 20 minutos 1 hora y 30 minutos	Inicio de los partidos a 11 puntos con alargue hasta que alguno consiga 2 puntos de diferencia. Esta ronda se jugará a 2 de 3 sets Se realizan los sorteos delante de los participantes Las finales se jugaran a tres de cinco sets	ven las dudas que quedan Se juegan las primeras rondas con aclaraciones en el servicio: bola al aire, mano abierta; no apoyarse en la mesa ni pegarle con las raquetas (cuidado del material) En estas rondas los que habian salido apoyaban a los que seguian en competencia, se disputaron puntos muy emocionantes
FINAL	Percepciones recibidas Recoger materiales	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Recoger los materiales utilizados Dejar el lugar en orden	Había un ambiente de alegría muchos colaboraron a desarmar las mesas y llevar los materiales les utilizados
FIRMA DEL ENCARGADO: 				


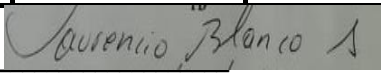
 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 19-nov-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto Mayor Hora: 9 a 11 am Patio: 1A		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Realizar un acercamiento al Baloncolí a través de juegos predeportivos		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada porque hubo heridos el fin de semana y suspendieron todas
CENTRAL	Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	las actividades
	Juegos predeportivo	30 minutos	En círculo, realizarme lanzamientos con la Boccia con cualquier mano, luego con mano habil y mano menos habil, explicación del juego	Me encuentro en el corredor a Don José Valero, monitor del patio de tercera edad, me permite hacerle una entrevista sobre las prácticas deportivas desde su perspectiva
	Acercamiento a la dinámica de juego del Baloncolí	30 minutos	Partido en equipos de a 6 personas	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada porque hubo heridos el fin de semana y suspendieron todas las actividades
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos	El día de hoy no se puede realizar la práctica programada porque hubo heridos el fin de semana y suspendieron todas las actividades
FIRMA DEL ENCARGADO: 				

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 22-nov-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: General Hora: 9 a 11 am Patio: Tercera edad		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Actividad de ajedrez recreo-competitiva		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	No se puede realizar la actividad de ajedrez por una reunión de derechos humanos, me cambian el patio de tercera edad para el 1A
CENTRAL	Actividad de ajedrez	40 minutos	Actividad programada previamente por don Laurencio. Traera a un profesor externo para dirigir la actividad Se jugarán partidos por parejas	Se realiza un calentamiento con movilidad articular y estiramientos. Se realiza un acercamiento al Baloncolí con la realización de ejercicios de las distintas técnicas deportivas
	Partidas múltiples		40 minutos	Se jugarán partidas en simultaneo contra el profesor
FINAL	Estiramientos dirigidos Percepciones recibidas Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas de agrado y desagrado sobre la actividad del día	Se realizan estiramientos dirigidos. Se escuchan las percepciones de las personas sobre la actividad del día
FIRMA DEL ENCARGADO: <u>Laurencio Blanco</u>				

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 23-nov-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto mayor Hora: 9 a 11 am Patio: Tercera edad		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Juegos predeportivos para el baloncolí Encuentro de Baloncolí		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial de juego Escuchar indicaciones	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Recibir indicaciones por parte del profesor del IDRD	Cuando llego saludo al grupo y apoyo al profesor del cuarto piso
CENTRAL	Globoflexia: Realización de figuras como una flor, una espada y un perrito Manualidades: Realizar un farol de diferentes colores previo a la fecha del día de las velitas	1 hora y 20 minutos	Inflar los globos para todos, seguir el paso a paso para conseguir hacer la espada que es la figura más sencilla, luego la flor y por último un perrito a los que querían hacerlo Repartir las hojas para todos, seguir el paso a paso: pegar los lados, recortar la parte central, decorar los espacios en blanco Recoger material y dejar ordenado Realizamos una practica recreativa de tenis de mesa despues de la actividad del IDRD con permiso de don Laurencio hasta las 11:50am	Se logran realizar las figuras siguiendo los pasos indicados Solo los que quicimos nos quedamos haicendo la figura del perrito Las figuras fueron quedando de colores y muy bien decoradas Nos generó gran alegría poder hacer las figuras y los farolitos Ya me habían invitado a realizar esta práctica pero no habiamos podido cudrar el momento
FINAL	Percepciones recibidas Estiramientos Retroalimnetación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Dailogar sobre las actividades realizadas el día de hoy	A la mayoría les alegró mucho poder hacer las figuras, pudimos conversar en confianza con los que se quedaron a tenis de me
FIRMA DEL ENCARGADO:				

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 06-dic-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto mayor Hora: 9 a 11 am Patio: Tercera edad		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Realizar un acercamiento al Baloncolí a través de juegos predeportivos		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	Convocatoria general Llamado y saludo inicial
CENTRAL	Calentamiento: Activación general Articulación y estiramientos	20 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos	Se realiza el calentamiento caminando en círculo, articulando extremidades y estirando. No se realiza lo planeado, conseguimos entre todos trabajar tenis de mesa, los que estaban jugando nos permitieron trabajar y ellos también participaron, juego de mosquito, derecha, revés, remates controlados, demostración de derecha y de revés con dos Mario
	Juegos predeportivo para el Baloncolí	30 minutos	Realizar pases driblando el balón y caminando en círculos, realizar pases de dedos con el Balón de voleybol, realizar pases con el balón de fútbol como el saque de meta, realizar pases rastreros como en el balonmano	
	Encuentro de Baloncolí	30 minutos		
FINAL	Estiramientos dirigidos Percepciones recibidas Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Percepciones sobre las prácticas deportivas del día	Estiramos brevemente, algunos se fueron a recibir el almuerzo Les agradezco mucho el haberme recibido y me agradecen también
FIRMA DEL ENCARGADO: _____				

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodríguez Rodríguez Fecha: 10-dic-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto mayor Hora: 9 a 11 am Patio: 1A		
		OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA Realizar un acercamiento al Baloncolí a través de juegos predeportivos		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	Convocatoria general Se acercan 5 personas Saludo inicial
CENTRAL	Calentamiento: Activación general Articulación y estiramientos Juegos predeportivo para el Baloncolí Encuentro de Baloncolí	20 minutos 30 minutos 30 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos Realizar pases driblando el balón y caminando en círculos, realizar pases de dedos con el Balón de voleybol, realizar pases con el balón de fútbol como el saque de meta, realizar pases rastreros como en el balonmano	Se realiza el calentamiento caminando en círculo, articulando extremidades y estirando. Se realizan juegos predeportivos hacia el Baloncolí, como algunos de los participantes que llegaron son nuevos debí explicarles que era el Baloncolí, todos logran realizar los juegos con éxito, no alcanzamos a jugar un encuentro como estaba planeado por el tiempo, hora del almuerzo
FINAL	Estiramientos dirigidos Percepciones recibidas Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Percepciones sobre las prácticas deportivas del día	Estiramos brevemente, algunos se fueron a recibir el almuerzo Agradezo su recibimiento y me agradecen y me piden material
FIRMA DEL ENCARGADO: _____				

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL		Practicante: Raúl Rodriguez Rodriguez Fecha: 13-dic-18 Nombre del lugar de práctica: Establecimiento Carcelario La Modelo Población: Adulto mayor Hora: 9 a 11 am Patio: Tercera edad		
OBJETIVO CENTRAL DE LA PRÁCTICA		Realizar un acercamiento al Baloncolí a través de juegos predeportivos		
FASE	TEMAS/CONTENIDOS	DURACIÓN, TIEMPO Y CANTIDAD	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES (DESCRIPCIÓN Y GRAFICAS)	EVALUACIÓN DE LOGROS Y OBSERVACIONES
INICIAL	Saludo inicial Convocatoria Dialogo	20 minutos	Saludo de inicio y convocatoria del día a las Personas Privadas de la Libertad Acercamiento a través del dialogo	No se logra realizar la práctica del día por sustentaciones del énfasis nivel dos en la Universidad
CENTRAL	Calentamiento: Activación general Articulación y estiramientos Juegos predeportivo para el Baloncolí Encuentro de Baloncolí	20 minutos 30 minutos 30 minutos	Articular extremidades superiores e inferiores y realizar estiramientos Realizar pases driblando el balón y caminando en círculos, realizar pases de dedos con el Balón de voleibol, realizar pases con el balón de fútbol como el saque de meta, realizar pases rastreros como en el balonmano	No se logra realizar la práctica del día por sustentaciones del énfasis nivel dos en la Universidad No se logra realizar la práctica del día por sustentaciones del énfasis nivel dos en la Universidad
FINAL	Estiramientos dirigidos Percepciones recibidas Retroalimentación	20 minutos	Escuchar las sensaciones percibidas Estiramientos dirigidos Percepciones sobre las prácticas deportivas del día	No se logra realizar la práctica del día por sustentaciones del énfasis nivel dos en la Universidad
FIRMA DEL ENCARGADO:				

7.3.6. Anexo 6. Clasificación de las informaciones

CLASIFICACIÓN POR CATEGORÍAS, SUB-CATEGORÍAS, CATEGORÍAS EMERGENTES, Y REITERACIÓN DE SITUACIONES DE LAS INFORMACIONES DE LOS DIARIOS DE CAMPO

CATEGORÍA CONVIVENCIA	CATEGORÍA PARTICIPACIÓN	CATEGORÍAS EMERGENTES
COMUNICACIÓN	PARTICIPACIÓN INTERACTIVA	ALEGRÍA, (FELICIDAD)

La comunicación se dio de buena manera, pude aclarar dudas sobre los lugares destinados a las prácticas deportivas en los mismos patios, con el dialogo con las personas y a través del recorrido realizado.

La comunicación se da constantemente de manera respetuosa entre los equipos y sus integrantes, hacen chistes y dan indicaciones a los que ven que se les dificulta hacer el lanzamiento,

me propusieron que se hicieran aeróbicos y entrenamiento de fortalecimiento con el peso corporal, hay un sentido de identidad y reconocimiento consigo mismos,

cuando alguien se queda sin tocar el balón un compañero se lo pasa para que participe,

se veían sonrientes no sé si siempre están así o la práctica del día les permitió subir el ánimo.

el señor que estaba en muletas logró participar sin las muletas manteniendo su propio equilibrio por momentos y generándonos asombro por ese logro, a todos nos dio risa y le hacíamos bromas como “milagro, milagro se sanó” y hasta el mismo se reía y se veía emocionado,

La comunicación se genera en varios sentidos, pues tanto yo oriento los ejercicios, nos comunicamos con los internos, y entre ellos se hacen correcciones para poder hacer mejor los ejercicios.

el señor que estaba en muletas logró participar sin las muletas manteniendo su propio equilibrio por momentos y generándonos asombro por ese logro, a todos nos dio risa y le hacíamos bromas como “milagro, milagro se sanó” y hasta el mismo se reía y se veía emocionado,

algunos internos se quedan dialogando conmigo luego de finalizar la práctica mientras los demás se dirigen a recibir el almuerzo,

En medio de la práctica realicé una breve descripción del Boccia y por esa razón trabajamos con las fuchis,

les pregunto y si no es tan evidente les pido que hagan la medición ellos mismos,

dicen que chévere, que muy bueno eso y que cuando vamos a ir a la cancha de fútbol,

el señor que estaba en muletas logró participar sin las muletas manteniendo su propio equilibrio por momentos y generándonos asombro por ese logro, a todos nos dio risa y le hacíamos bromas como “milagro, milagro se sanó” y hasta el mismo se reía y se veía emocionado,

a todos se les dificulta trabajar con la mano no dominante pero lo intentan.

permitiendo que todos hagan la el primer lanzamiento (o la salida)

Un señor adulto mayor que nos observaba me pregunta que si puede jugar y se integra a uno de los equipos.

como interactúan con los compañeros de manera espontánea ya sea regañándolo, dándole indicaciones o celebrando un triunfo.

Todos participan del calentamiento

todos se van contentos

y con agrado.

a su vez asombradas y felices cuando la figura tomaba la forma deseada,

(él no había visto a sus compañeros tan animados y contentos),

la gente estaba muy animada y contenta

Hubo un momento de emotividad al lograr mantener el

molestan a un compañero africano llamado Kena, él habla en inglés, le hablan en inglés y le hacen bromas como gritos de euforia: “como on” “vamos” “KeenaKeena” “AfricaaAfricaa” “buuuu” en algún momento pensé que se iba a molestar porque lo distraían pero él lo tomó como un juego y se sonreía.

Cuando en las siguientes rondas les tocaba jugar con un compañero de patio pedían que si los podían cambiar

Cuando les tocaba jugar con una raqueta gastada y se la pedían prestada a un compañero,

encuentro con don José él muy amablemente me atiende, me cuenta sobre su salud

accede a que le realice una entrevista sobre las prácticas deportivas que estoy realizando,

los que van quedando eliminados hacen barras a sus compañeros,

Algunos cooperaron para armar, mover y colocar las mesas y las mallas, también para desarmar y alistar los elementos que se utilizaron.

otro lado de la cancha se reunieron varios adultos a jugar con el o los balones que tenían, varios de los que participan ya han estado con nosotros en prácticas anteriores aunque no es el día que les habíamos asignado sino jueves participaron activamente

balón de voleibol sin que se cayera al suelo

incluso algunos que no eran adultos mayores se acercaron a preguntar sobre que íbamos a realizar y participaron de la práctica, algunos de los que observaban animaron a sus compañeros, se reían de los lanzamientos participando de manera observativa y dando ánimos.

genera un buen ambiente para las actividades a realizar cuando se enteran que yo también vengo de la Pedagógica,

ESTAS SITUACIONES DE ALEGRÍA SE REITERARON 11 VECES

COOPERACIÓN, COMPAÑERISMO

A pesar de que solo teníamos dos raquetas se pudo

cuando les pedí a ellos que cambiáramos de balón no hubo inconvenientes.

se hablan sobre no tenerle miedo al balón cuando reciben un pase

Charlamos con los señores que se quedaron a jugar sobre las técnicas, sobre algunas leyes y artículos de convivencia y participación, sobre el paro de la Universidad Pedagógica,

don Rafael me cuenta que su hija estudia artes escénicas en la Pedagógica y que está punto de graduarse,

don Miguel me dice que quiere renovar su raqueta porque ya está un poco gastada,

Logramos ponernos de acuerdo para

entre todos recogimos los desechos y el material que quedo sirviendo,

quedarme un rato más para jugar tenis de mesa,

ellos pueden seguir jugando.

les pregunto y si no es tan evidente les pido que hagan la medición ellos mismos,

ESTAS SITUACIONES DE PARTICIPACIÓN INTERACTIVA SE REITERARON 17 VECES

lograr una rotación de las mismas fruto de las repeticiones y de la ayuda de los mismos compañeros sobre todo en el golpe de antebrazos.

No hay dificultad al pedir el balón que están usando las demás Personas Privadas de la Libertad de la población general, cada monitor se presenta y se ve entusiasmado con la idea, me ofrecen su apoyo y que lo que necesite está a la orden,

cuando alguien se queda sin tocar el balón un compañero se lo pasa para que participe,

como interactúan con los compañeros de manera espontánea ya sea regañándolo, dándole indicaciones o celebrando un triunfo.

decidir que práctica realizar el día de hoy,

El grupo del patio 1A se fue agrandando, algunos internos estaban en educativas y apenas terminaron se unieron a nuestro grupo, otros más se inscribieron al final de la práctica

Algunos cooperaron para armar, mover y colocar las mesas y las mallas, también para desarmar y alistar los elementos que se utilizaron.

La despedida fue muy emotiva pues en este momento les dije que era nuestra última práctica del año y les agradecí por la acogida que me brindaron en el transcurso de las prácticas,

Asisten 38 de los 52 inscritos

esta es una percepción de alguien que no participa activamente en las prácticas porque es uno de los monitores, pero si está pendiente de convocar al grupo de “Educativas” y de deportes,

me agradecieron muy afectivamente por asistir y me dijeron que ojala volviera y que lo que necesitara estaba la orden.

participaron 6 personas de tercera edad

para que todos las utilizaran.

Don Rafael me contó de nuevo que su hija estaba a punto de graduarse de la Pedagógica, que el paro no le había hecho perder el semestre y que él estaba muy contento,

aunque solo habíamos 4 personas al inicio, en el transcurso de la actividad participaron 14 personas aproximadamente de forma activa y muchos otros nos observaron e interactuaban con comentarios y chanzas.

fruto de las repeticiones y de la ayuda de los mismos compañeros sobre todo en el golpe de antebrazos.

don Miguel me contó que está tramitando su salida y que pronto le darán la libertad, que además quiere cambiarle los cauchos a su raqueta porque ya llevaba un buen tiempo con

nos reunimos e iniciamos 6 personas de las cuales varias de ellas participan constantemente de las

ESTAS SITUACIONES DE COOPERACIÓN Y COMPAÑERISMO SE

ellos,

prácticas.

REITERARON 10 VECES

otro señor me dice que chévere ese tipo de prácticas que él no había visto a sus compañeros tan animados y contentos,

se aumenta el grupo llegando a haber 11 personas

MOTIVACIÓN

y que muchas gracias,

ESTAS SITUACIONES DE PARTICIPACIÓN INTERACTIVA SE REITERARON 6 VECES

se ven dispuestos a estar activos en sus partidos,

Yo mismo realicé parte del llamado ya que los monitores no se encontraban pero también me ayudo el “anunciador”,

Pude pasar algunos pinpones (calentar en la mesa) entre partidos con algunos internos mientras mandaban el siguiente partido de la mesa.

El grupo se ve bastante activo,

Se realizan correcciones entre ellos mismos sobre cómo hacer los ejercicios sin pasar al irrespeto,

los nuevos por lo general llegan un poco tímidos

Las personas adultas mayores se veían concentradas tratando de seguir los pasos para hacer las figuras con los globos

hacen demostraciones a los compañeros que se les dificultan los ejercicios.

el señor Laurencio me “invita” a participar

el profesor nos explicó cómo hacer un perrito a los que queríamos aprender.

Me vuelven a preguntar que cuando vamos a ir a la cancha pero les cuento que no hay autorización para traslados en esos momentos,

ESTAS SITUACIONES DE PARTICIPACIÓN INTERACTIVA SE

manifestando su interés en asistir a las mismas.

<p>les pido que por favor cambiemos el balón</p>	<p>REITERARON 3 VECES</p>	<p>ESTAS SITUACIONES DE MOTIVACIÓN SE REITERARON 5 VECES</p>
<p>yo les pedí que cuidaran ese material</p>	<p>PARTICIPACIÓN PASIVA</p>	<p>AUTOEFICACIA</p>
<p>les agradezco por el haberme recibido y por la gran disposición que han tenido en las actividades,</p>	<p>incluso algunos que no eran adultos mayores se acercaron a preguntar sobre que íbamos a realizar y participaron de la práctica, algunos de los que observaban animaron a sus compañeros, se reían de los lanzamientos participando de manera observativa y dando ánimos.</p>	<p>cambio de comportamiento en las personas, las percibe menos tensas y más activas al querer destacarse en los deportes,</p>
<p>les cuento que hoy es la última práctica del año y nos despedimos de mano con la mayoría,</p>	<p>Algunos señores adultos mayores nos observan</p> <p>los demás no se animaron a jugar sino solo a mirar por momentos,</p>	<p>se terminaron de hacer las figuras con los globos</p>
<p>ESTAS SITUACIONES DE COMUNICACIÓN REITERARON 33 VECES</p>	<p>que él no había participado pero desde arriba nos había visto</p>	<p>Las personas más mayores se demoraron un poco más que las demás pero terminaron tanto el farol como</p>

El psicólogo me cuenta que él practica tenis y me pregunta que si yo juego para cuadrar un partido en su conjunto, la señora Fanny se ve muy seria pero al dialogar con ella le cuento sobre el proyecto y me dice que cualquier cosa que necesite también puedo acudir a ella

pero le pude recordar que yo deseaba ayudar en la organización del campeonato de tenis de mesa y que ojala se hiciera uno de los días que asisto a las prácticas.

El psicólogo me brinda información sacando de su tiempo para dialogar,

es muy abierto y puedo hacerle preguntas sobre lo que me está contando generándose un dialogo entre los dos,

como resultado que lo hablamos con el señor Laurencio.

esta información me la brinda el

me propusieron que se hicieran aeróbicos y entrenamiento de fortalecimiento con el peso corporal, hay un sentido de identidad y reconocimiento consigo mismos,

cuando alguien se queda sin tocar el balón un compañero se lo pasa para que participe,

el señor que estaba en muletas logró participar sin las muletas manteniendo su propio equilibrio por momentos y generándonos asombro por ese logro, a todos nos dio risa y le hacíamos bromas como “milagro, milagro se sanó” y hasta el mismo se reía y se veía emocionado,

las personas se acercan con intriga e interés y nos preguntan que qué vamos a hacer,

les cuento un poco sobre el proyecto porque solo íbamos a hacer el reconocimiento de los espacios

esa puede ser una

la figura del globo,

fruto de las repeticiones y de la ayuda de los mismos compañeros sobre todo en el golpe de antebrazos.

a todos se les dificulta trabajar con la mano no dominante pero lo intentan.

ESTAS SITUACIONES DE AOTOEFICACIA SE REITERARON 5 VECES

organizador.

motivación para la participación en las prácticas (salir del patio y poder ir a la cancha de fútbol).

él sale y recibe la información,

esta es una percepción de alguien que no participa activamente en las prácticas porque es uno de los monitores, pero si está pendiente de convocar al grupo de “Educativas” y de deportes,

El señor Laurencio me cuenta que mañana viernes 23 de Noviembre tendrán una actividad recreativa con el IDR (en la mañana) a lo cual yo le digo que sí puedo participar y me dice que no hay problema.

ESTAS SITUACIONES DE PARTICIPACIÓN PASIVA SE REITERARON 11 VECES

me contó “ayer” sobre la actividad de hoy

(que sí puedo participar y me dice que no hay problema).

me pide que acompañe al profe de globoflexia en el 4° piso.

me permitió participar de la misma,

el profe volvía a explicar un paso cuando le preguntaban

Este día el señor Laurencio también me permite hacerle una entrevista sobre las prácticas deportivas

los profesores del IDR se despidieron del grupo, del monitor, de mí y se fueron.

(participar) de las entregas de los refrigerios, a presenciar la entrega de diplomas y a tomar algunas fotos,

El señor Laurencio me autoriza

ESTAS SITUACIONES DE PARTICIPACIÓN PASIVA SE

me cuenta que nos alcanzó a observar unos momentos desde arriba y me felicitó,

el señor Laurencio me “invita” a participar

y me cuentan que eran tres profesores pero una profe no pudo volver.

Le informé al señor Laurencio telefónicamente que no podía asistir a la última practica

les cuento un poco sobre el proyecto porque solo íbamos a hacer el reconocimiento de los espacios

él me dijo que no había problema, que muchas gracias por las prácticas y que quedábamos pendientes para continuar el otro año, que lo que necesitara le marcara en los horarios que me había dicho.

ESTAS SITUACIONES DE COMUNICACIÓN SE REITERARON 19 VECES

al final algunos me dieron la mano para despedirse, otros se despidieron de voz

El saludo con los monitores de patio es con la mano, algunos internos se acercan y también me saludan de mano al inicio, la mayoría me dan las gracias

REITERARON 4 VECES

se puede ver como el equipo de trabajo de las educativas no funciona aisladamente sino en conjunto con el Sena,

recogemos entre los tres el material y se lo entregamos a don José.

ESTAS SITUACIONES DE PARTICIPACIÓN PASIVA SE REITERARON 2 VECES

y quedamos de encontrarnos el próximo lunes.

nos despedimos de mano con la mayoría y escucho que se quedan hablando de los juegos,

Al inicio de la práctica la mayoría me saludan de mano,

se despiden de mano.

me responden con una sonrisa y una negativa.

nos despedimos de mano con los participantes,

Me despido de mano de los señores

nos despedimos de mano con los que quedaban.

nos terminamos de despedir de mano

ESTAS SITUACIONES DE COMUNICACIÓN SE REITERARON 10 VECES

Faltó comunicación por parte del señor Laurencio

Al señor Laurencio parece que tampoco le habían avisado que no habían prácticas ese día,

el señor Laurencio no me había dicho sobre la actividad del ajedrez

ESTAS SITUACIONES DE COMUNICACIÓN SE REITERARON 3 VECES

METACOGNICIÓN

En las interacciones con el balón y las fuchies se ve la regulación de la fuerza para no pegarle al compañero o al orientador,

también nos autorregulamos con la fuerza para no hacernos daño.

La regulación de la fuerza les permitió comprender que para pasar la pelota al otro lado de la mesa no es necesario darle con mucha fuerza sino por el contrario, suavemente y con un ángulo apropiado de la raqueta se puede lograr este objetivo y mantener el peloteo por largo tiempo.

ESTAS SITUACIONES DE METACOGNICIÓN SE REITERARON 3 VECES

por el poco material para recortar, o el poco pegante se lo rotaban con paciencia,

era para el uso de todos nosotros.

si la dañaban nadie iba a responder,

ESTAS SITUACIONES DE METACOGNICIÓN SE REITERARON 3 VECES

algunos son conscientes de los movimientos técnicos, de sus fortalezas y de las debilidades o falencias de los compañeros,

Cuando les tocaba jugar con una raqueta gastada y se la pedían prestada a un compañero,

me hace sentir que soy alguien de su

confianza,

ESTAS SITUACIONES DE METACOGNICIÓN SE REITERARON 3 VECES

DIVERSIDAD

el señor que estaba en muletas logró participar sin las muletas manteniendo su propio equilibrio por momentos y generándonos asombro por ese logro, a todos nos dio risa y le hacíamos bromas como “milagro, milagro se sanó” y hasta el mismo se reía y se veía emocionado,

Un señor que no podía caminar bien no daba la vuelta a la mesa sino que hacía una ejecución y caminaba a la cola de la fila,

molestan a un compañero africano llamado Kena, él habla en inglés, le hablan en inglés y le hacen bromas como gritos de euforia: “como on” “vamos” “Keeena Keeena” “Africaa Africaa” “buuuu” en algún momento pensé que se iba a molestar porque lo distraían pero él lo tomó como un juego y se sonreía.

Cuando en las siguientes rondas les tocaba jugar con un compañero de patio pedían que si los podían cambiar

habían dos personas zurdas las cuales se les indicó que hicieran los movimientos opuestos al resto de los compañeros

ESTAS SITUACIONES DE DIVERSIDAD SE REITERARON 5

VECES

7.3.7. Anexo 7. Convocatoria La Modelo



ESTABLECIMIENTO CARCELARIO
"LA MODELO"
CONSTRUIMOS CULTURA DE LIBERTAD

PROYECTO: "INCIDENCIA DE
PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN
LA CONVIVENCIA Y
PARTICIPACIÓN"

!!! GRAN CONVOCATORIA !!!
PRÁCTICAS DEPORTIVAS PARA ADULTOS
MAYORES
DÍAS: LUNES Y JUEVES
HORA: 9 A 11 AM

The poster features several images: a cartoon boy with a ball, a group of people playing volleyball, a person in a white shirt and blue pants, and a group of people in green and red uniforms holding flags.

7.3.8. Anexo 8. Fotografías

7.3.8.1. *Torneo de Tenis de Mesa Juegos Penitenciarios. Fuente: INPEC*

7.3.8.2. *Taller de globoflexia. Fuente: INPEC*



7.3.9. Anexo 9. Artículo

INCIDENCIA DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN LA CONVIVENCIA Y PARTICIPACIÓN DE LA POBLACIÓN ADULTO MAYOR DE LA CÁRCEL LA MODELO DE BOGOTÁ

RAÚL RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ

raulillodeportes@hotmail.com

RESUMEN

El presente artículo es la síntesis del proyecto investigativo realizado en la cárcel La Modelo de Bogotá, donde se muestra como incidieron algunas prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor, teniendo en cuenta las características de la población, las disposiciones carcelarias, las normas legales tanto a nivel global, nacional y distrital, los trabajos anteriormente realizados en el énfasis “Deporte Social” y trabajos relacionados con el deporte en la población mencionada. La metodología utilizada se ubicó desde el paradigma cualitativo donde a través del método Investigación Participación se realizaron las prácticas deportivas. Las categorías escogidas nos dan cuenta de las características tanto de la población como de sus condiciones de encierro, y nos permitieron realizar un trabajo más pertinente de acuerdo a las necesidades de la población. Algunos de los resultados más importantes fueron, la generación de procesos

comunicativos para la consecución de los objetivos de cada práctica, y la participación que se vio afectada de distintas maneras.

Palabras clave: convivencia, participación, adulto mayor, prácticas deportivas, cárcel.

ABSTRACT

This article summarizes the research project carried out in the prison La Modelo in Bogotá, where it shows how some sports practices affected the coexistence and participation of the elderly population, taking into account the characteristics of the population, the prison regulations, the legal norms at the global, national and district level. The previous work carried out the emphasis on "Social Sport" and works related to sports in that population. The methodology employed was taken from the qualitative paradigm where sport practices were carried out through Investigation Participation method. Likewise, the chosen categories give us an account of the characteristics of both the population and their conditions of confinement and allowed us to perform more pertinent work according to the needs of the population. Some of the most important results were the generation of communication processes to achieve the objectives of each practice, and the participation which was affected in different ways.

Key words: coexistence, participation, elderly, sport practices, prison

INTRODUCCIÓN

El trabajo en el énfasis Deporte Social visto como una oportunidad para: reivindicar los derechos de las Personas Privadas de la Libertad, que se encuentran en la cárcel por diferentes motivos: la posibilidad de sensibilizar a los estudiantes que se encuentran próximos a culminar sus estudios de educación superior: y el poder contribuir en el proceso resocializador y de resignificación de las Personas Privadas de la Libertad.

Objetivo general

Identificar como inciden las prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá.

Objetivos específicos

Realizar una propuesta deportiva para la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá, donde se evidencien la convivencia y participación.

Implementar la propuesta deportiva realizada para la población de adultos mayores de la cárcel La Modelo de Bogotá.

Recopilar las experiencias en los diarios de campo sobre las manifestaciones de convivencia y

participación observadas en las prácticas deportivas realizadas.

JUSTIFICACIÓN

Desde la revisión bibliográfica se identificó que se realizan muy pocas prácticas deportivas concernientes al trabajo con las personas adultas mayores en las cárceles, esto nos lleva a pensar que además de ser una población vulnerable por factores etarios y de encierro, esta población debería contar con prácticas periódicas que les permitan desarrollar su dimensión social, mantener o mejorar su calidad de vida, permitiendo evidenciar que estas temáticas no se estudian constantemente descuidando altamente a la población.

METODOLOGÍA

La metodología utilizada en esta investigación se basó en el paradigma cualitativo, donde se buscó comprender el contexto y las características de la población penitenciaria, realizar e implementar una propuesta deportiva, e interpretar las informaciones recibidas acerca la incidencia de las prácticas en la convivencia y participación a través del enfoque hermenéutico.

Se utilizó el método Investigación Participación con la *Técnica de campo* donde siempre hubo interacción directa tanto con las Personas Privadas de la Libertad como con funcionarios y administrativos.

Los instrumentos escogidos para la recolección de la información fueron los diarios de campo: en los cuales en cada sesión se consignó lo sucedido de manera descriptiva y posteriormente se relacionó con las categorías establecidas; y las entrevistas no estructuradas donde se recopilaban las percepciones de algunos funcionarios y un monitor de patio sobre la incidencia de las prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población.

El análisis de la información se realizó a través de la técnica Triangulación de la Información, relacionando las informaciones obtenidas en los diarios de campo, con las informaciones encontradas en el marco teórico, y con las informaciones que se obtuvieron en las entrevistas no estructuradas.

Etapas de desarrollo de la propuesta deportiva

Para poder llevar a cabo el desarrollo de la propuesta deportiva se plantearon cuatro momentos establecidos sistemáticamente:

1ª etapa: diseño de la propuesta deportiva.

2ª etapa: ajustes de la propuesta deportiva.

3ª etapa: implementación de la propuesta deportiva.

4ª etapa: retroalimentación de la propuesta deportiva.

MARCO TEÓRICO

PRÁCTICAS DEPORTIVAS

Las prácticas deportivas son actividades físicas que requieren un mayor gasto de energía para realizar movimientos específicos de uno o varios deportes, estas varían del deporte mismo en que no son solo de carácter competitivo sino recreativo e integrativo. (Baena, A; Granero, A; Valle, P, 2011).

Deporte

El deporte es una actividad socio cultural con componentes físicos, psicológicos, emocionales y sociales que permite la expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo en su mayoría; este es un término polisémico que se ha venido transformando desde su aparición a mediados del siglo XVIII en épocas de la industrialización en Inglaterra, hasta los tiempos actuales con diferentes evoluciones conceptuales y enfoques para su aplicación en cada contexto determinado, así si bien se practicaba en sus inicios modernos por las clases burguesas, las clases obreras se revelaron y lo tomaron como propio para su diversión.

Deporte social

El deporte social se diferencia del deporte moderno en su enfoque, ya que

su finalidad no es conseguir los mejores resultados deportivos, ni mejorar las técnicas deportivas como logro mayor, sino lograr construir comunidad, a través de la creación de espacios de dialogo, de acuerdos, de pluralidad, de reconocimiento y de respeto, donde se promueve que los sujetos puedan ver el mundo de otras formas, buscando una participación más permanente y activa, en ese escenario se pueden realizar competencias y mejorar técnicamente pero esos no son los principales objetivos como lo expone (Duarte, R, 2011), además se busca contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de las personas (Arboleda, R; Gutiérrez, J, 2004).

Pedagogía

La pedagogía entendida etimológicamente como la guía que se les brinda a los niños en el proceso educativo, esta no se queda solo allí, sino que se ocupa en su mayoría de los procesos educativos con cualquier tipo de población sin importar su edad, es decir, desde la crianza del niño hasta la gobernación del hombre que quiere aprender (Córdoba, K; Espino, C; Quintero, A, 2013)

Pedagogía social

Su época moderna se dio entre los siglos XVIII y XIX, aunque se tiene referenciada desde el siglo XIX. Su definición es polisémica y se ha construido progresivamente, en

Alemania se transformó gracias a la necesidad de una nueva pedagogía y surge el concepto de “ayuda” social y educativa para el mejoramiento de la sociedad.

CONVIVENCIA

La convivencia se divide etimológicamente en dos partes: Con establecer una relación con alguien, entre individuos, al menos dos personas, amistad u hostilidad, pluralidad y complementariedad, y vivencia: tener vida o existir; la convivencia también se puede entender como un conjunto de experiencias armónicas o no que define las relaciones de los grupos en los que se ejerce, llama al reconocimiento del otro y a la diversidad cultural.

No existe armonía donde no se reconoce la diversidad, por ende no habría buena convivencia, “la armonía social y su fortalecimiento dependen de la creación en una sociedad de las formas de convivencia como alternativas de resistencia crítica y propuesta de integración” como lo expresan (Batubenge, Barragán, Margalli, & Muñoz, 2014) (p.2). Para comprender mejor la convivencia se escogieron tres sub-categorías:

Comunicación

La comunicación es una condición verbal y gestual... y una forma de expresión necesaria e indispensable para la existencia del hombre, este aspecto

tiene un gran significado en cualquier actividad humana y es un resultado de la necesidad del hombre de asociarse y cooperar mutuamente. Estas relaciones no solo se dan entre hombres sino que se dan entre todos los elementos de la naturaleza y el hombre según Engels (1975) citado por Jiménez (2004).

Diversidad

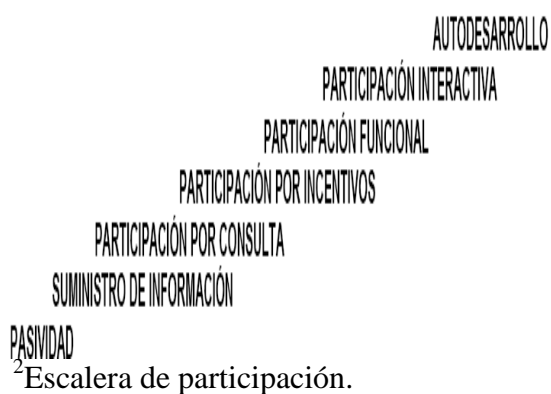
La diversidad son las múltiples expresiones culturales en los modos de ser, de convivir, de pensar y de hacer de las sociedades, esta debe ser entendida y valorada como un fundamento mayor para la convivencia, toda vez que es contraria a la marginación, a la segregación, a la homogenización, a la discriminación y a la intolerancia, actitudes que obstaculizan o alteran la convivencia humana. (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p. 10).

Metacognición

“Meta es un prefijo griego que denota la idea de traslación, desplazamiento o compañía y se entiende como más allá de..., después de..., por sobre de... teniendo como núcleo fundamental el autoconocimiento” (Aristegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J, 2005) (p.9), no solo el aprendizaje externo. Pensarse a sí mismo, implica pensar en el mundo, dentro del mundo y con el mundo, si se llega a conocerse y a conocerlo es por resonancia y convivencia en él.

PARTICIPACIÓN

La palabra participación proviene del latín “*participatio* y *parte capere* que significa tomar parte”, esta es una necesidad humana no material que consiste en poder tomar parte en las decisiones que afectan la vida cotidiana como en la salud, educación y trabajo entre otras, “por ende es un derecho” como lo señala Bordenave (1982) citado por (Barrientos, M, 2005) (p.1).



²Escalera de participación.

ADULTO MAYOR

Según Ceballos, Álvarez y Medina (2012) hacen referencia a los Adultos Mayores como “personas mayores de 59 años aunque” es de aceptar que “también se les denomina ancianos, viejitos, adultos en plenitud, tercera edad, juventud acumulada y senectud”, de esta manera se identifica la gran variedad de denominaciones que ha habido para esta

² *Ilustración tomada de Barrientos (2005.) citando a Geilfus (2000)

población y se reconoce que cada una de ellas se ha venido transformando para que su denominación no denigre a la población ni se caiga en el uso peyorativo de la misma. (Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R, 2012) (p.1)

CÁRCEL

En la cárcel La Modelo no solo están internas personas sindicadas sino también condenadas, esto debido a la gran cantidad de internos que deben ser llevados a estas instituciones a falta de más sitios de reclusión generando hacinamientos en la población carcelaria colombiana. (Neira, C; Ospina, C; Rodríguez, J, 2015). Desde la psiquiatría y la psicología se ve al infractor como un enfermo, más que como un criminal, en las leyes penales no, por eso a estas dos primeras profesiones mencionadas les interesa más el sujeto que el acto criminal.

La población carcelaria se compone de retenidos (sindicados), condenados, presos preventivos, e inocentes, cuyas cifras sobrepasan en ocasiones el 50% de la capacidad total de las cárceles.

MARCO LEGAL

En este contexto se tuvieron en cuenta las normatividades y disposiciones legales que se han establecido a nivel global, nacional y distrital sobre los Derechos Humanos y sobre el trato penitenciario, se explicará cómo han evolucionado las perspectivas

desde donde se trabajan estos Derechos, y se mostrarán los principios básicos para el tratamiento de reclusos.

Estas perspectivas nos permitieron abordar de una manera más pertinente el enfoque del trabajo de grado “Incidencia de prácticas deportivas en la convivencia y participación de la población adulto mayor de la cárcel La Modelo de Bogotá” acorde a las normativas existentes y a los sentidos para los cuales fueron creadas, llevándolas al contexto distrital con la población de la cárcel La Modelo y en conjunto con el enfoque del deporte social.

UNESCO

Abordando el marco internacional nos remitimos a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO, creada en 1946, quien es la institución que ha velado desde entonces por los Derechos Humanos, la Educación y la Cultura a nivel internacional de países subdesarrollados. La Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948) permitió visualizar las voces de los países con más necesidades (pobreza, desnutrición, carencia de agua desescolaridad, enfermedades, etc) y buscar una solución a los mismos.

Según Scarfó. (2002) la educación es un derecho social que le permite a los individuos ser parte de la sociedad en la conformación de su ciudadanía adquiriendo una cultura, el estado debe

garantizarla a los ciudadanos sobre todo para quienes tienen limitaciones para acceder a esta, por la desigualdad de oportunidades o por las injusticias existentes en los países, así como la vulnerabilidad y la exclusión que se tiene con los grupos delincuenciales los cuales son enviados a las cárceles, pero esta institución solo debería privarlos de la libertad y no de otros Derechos Humanos, ya que también se busca que puedan volver a la sociedad al cumplir con su condena, no se debe castigar con la discriminación en otras áreas, solo con la privación de la libertad.

En el mismo sentido las Naciones Unidas promueven:

“Mejorar la educación de los reclusos”.

“La Educación para personas analfabetas y jóvenes será obligatoria”.

“La Articulación con la educación pública para que al salir puedan continuar su preparación”.

“Acceso a la educación, cultura y recreación en la medida de lo posible” (Scarfó, F, 2002).

Constitución Política de Colombia

Ley 181 de 1995

“Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se

crea el Sistema Nacional del Deporte” (Sistema Nacional del Deporte, 1995).

En esta ley se realiza una clasificación del deporte en ocho ramas diferentes, abarcando las diferentes posibilidades existentes, y en una de ellas define al deporte social comunitario como:

“Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida” (Sistema Nacional del Deporte, 1995).

INPEC: Modelo pedagógico

El INPEC en cumplimiento al derecho a la educación para todos, incluyendo a las Personas Privadas de la Libertad, establece un modelo pedagógico el cual actualmente se aplica, y que tiene como misión el ofrecer al interno la posibilidad de cambiar su modo de pensar, de ser y de actuar; que pueda visualizar su vida de otra manera y proyectarla sin que tenga necesidad de volver a la acción delictiva que lo condujo a un establecimiento penitenciario o carcelario, que logre resignificar la vida personal, familiar y social a partir de otros modos de comprenderse y de comprender el mundo.

También se expone como visión la finalidad del modelo educativo del INPEC que busca la relación con otras formas de conocimiento, distintas a aquellas que ha tenido el interno anteriormente al encierro, que se produzca un cambio en las ideas y en sus prácticas sociales que son las que lo han llevado a infringir las normas y que por consecuencia lo condujeron al encierro.

En el sentido de lograr la resocialización también lo expresan Berger y Bernstein citados por (Austin, T, 2000) que: “tendríamos que... proponer una conversión hacia un mundo de la vida nuevo que se expresa en una distinta forma de vivir la cotidianeidad; para lograrlo hay que rediseñar las instituciones en la mente de la persona, lo que se lograría mediante el dominio de un nuevo lenguaje, el que proporciona el código lingüístico apropiado. Es decir, debe haber un proceso de lectura intenso, acompañado del uso del nuevo lenguaje para establecer una nueva forma de convivencia” (p.80).

DISCUSIÓN

La convivencia se presenta en todo momento, ya que se parte de que las Personas Privadas de la Libertad habitan el mismo lugar, al cual cada uno de ellos le da un sentido y tiene un significado para sí, según las experiencias que allí han vivido como lo expresa Páramo (2004). (Páramo, P, 2004) (p.95)

Además de compartir con sus compañeros de patio, lo hacen con la guardia, con los visitantes y con los practicantes de instituciones en menor medida, por ello se puede evidenciar que hay una convivencia armónica que es una de las posibilidades que menciona (Cuadrado, S, 2017) citando a Batubenge, Mancilla, y Panduro (S. F.) (p.37).

No se evidenciaron conflictos que pasaran a algún tipo de violencia como la verbal o física, por ello se puede concluir según las informaciones plasmadas en los diarios de campo que la población adulto mayor tiene un alto nivel de tolerancia hacia todas las personas con que interactúan y que esta tolerancia alcanzó a llegar al respeto.

Si bien la comunicación también es la forma más utilizada para interactuar con todas las personas como lo mencionan Predvechni. y Sherkovin. (2012) citados por (Sivila, E, 2004) (p.12) y como se evidenció en las prácticas, esta se presentó de diferentes maneras como el saludo de mano que los monitores me ofrecieron todo el tiempo al llegar a los patios o al salir de estos; el saludo de mano que se fue creando con las personas que participaron en las prácticas que si bien en un inicio predominaba la forma verbal, al transcurrir los días ya muchos me ofrecían su saludo de mano directamente al llegar al patio y al irme: podemos relacionar estas situaciones con la

confianza que se llegó a generar entre las Personas Privadas de la Libertad y el orientador, en las cuales se manifestó en la cercanía y el contacto físico tanto en el saludo y la despedida como en el desarrollo de las practicas reconociendo que estas manifestaciones no se presentan tan abiertamente en otras culturas como la anglosajona (Lutz, B, 2008) ni en la cultura oriental.

Algunos internos no podían controlar su fuerza intencionalmente, pero con las indicaciones que se dieron, se logra no solo regular la fuerza sino como consecuencia evitar golpear a los compañeros y lograr los objetivos motrices propuestos, en este sentido nos plantean Arístegui, Bazán, Leiva, López, Muñoz y Ruz. (2004) sobre el conocimiento que tienen algunos internos acerca del propio proceso que realizan y sobre sus resultados mostrando así algunas manifestaciones sobre la metacognición.

La diversidad se apreciaba de manera más explícita como en la participación de dos señores que se encontraban en muletas, o en la participación de un compañero africano, y en las personas zurdas, donde se ajustaron los ejercicios cuando era necesario y pudimos realizar las actividades sin contratiempos.

Las Personas Privadas de la Libertad cuando se integraban al grupo de las prácticas lo hacían de manera tímida pero con el desarrollo de las mismas se

les podía observar mayor nivel de confianza y una participación más interactiva, haciendo intervenciones verbales como bromas, chistes y risas compartidas y en las mismas prácticas se les veía más activos y pendientes de lo que había que hacer, fue interesante ver como en una misma práctica se pasaba de una participación pasiva a una participación interactiva. (Barrientos, M, 2005) (p.4).

CONCLUSIONES

Las prácticas deportivas generaron procesos comunicativos tanto verbales como gestuales (corporales), invitando al compañerismo, a la cooperación y al trabajo en equipo, permitiendo aumentar las manifestaciones de participación y permitiendo fortalecer los vínculos que se crean permanentemente entre todos los actores del proceso como Personas Privadas de la Libertad, funcionarios, guardas, y orientadores.

Desde la perspectiva de las Personas Privadas de la Libertad se identificaron varios cambios convivenciales, comenzando por el saludo verbal que me brindaban los internos y el distanciamiento social moderado que se daba hasta el llegar a saludarnos de mano permanentemente y mantener mayor cercanía y contacto físico.

Se evidenció un mejor trato de los internos con la guardia a la hora de recibirlos en el patio y con las personas que repartían los alimentos. Con el señor

Laurencio se observaron cambios desde el saludo hasta las conversaciones, pues a él lo recibían con mayor aprecio y alegría ya que facilitó la realización de las prácticas deportivas y los materiales para su desarrollo.

Se evidenciaron menos prejuicios por parte de las Personas Privadas de la Libertad hacia las burlas que se pudieran dar por parte de los compañeros que los observaban en las prácticas, así como también se evidenciaron menos prejuicios a burlas por parte de los compañeros nuevos que ingresaban al grupo; pasando de solicitarme que realizáramos las prácticas en el edificio hasta llegar a proponer que las realizáramos en el patio; se observó una mayor predisposición de los participantes para tomar las prácticas como espacios para compartir en equipo.

Se alcanzaron altos niveles de respeto incluso en situaciones muy emotivas y en las prácticas en general con expresiones desinhibidas y espontáneas partiendo de la tolerancia donde esta se fue fortaleciendo y se desarrolló llegando al respeto.

La confianza que se fue creando es otro aspecto a resaltar, ya que aunque solo se realizaba una práctica a la semana en cada patio, se generó mucha confianza para llegar a contarme cosas personales como de su familia, de su proceso en la cárcel y de sus historias de vida: el invitarme a una práctica de tenis

de mesa en horario extra prácticas, el prestarnos las raquetas y pinpones propios; el poder utilizar los materiales de trabajo por parte de otros grupos de la población general para practicar en nuestro mismo horario sin que estos se perdieran son manifestaciones que demostraron un mayor grado de confianza entre todos los actores de las prácticas deportivas como Personas Privadas de la Libertad, funcionarios, guardas, y orientadores.

La participación interactiva aumentó de diferentes maneras: una llegando a darse varios casos en los que las personas pasaron de la sola participación observativa hasta la participación con los compañeros de manera espontánea e interactiva: otra manifestación de participación interactiva se observó en el poder expresar sus preferencias y gustos deportivos para realizar nuevas actividades en las prácticas: el expresar su interés en poder cambiar de lugar yendo a la cancha de fútbol y el interés en asistir a los torneos de los Juegos Penitenciarios.

La participación evidenciada en el aumento de los grupos de práctica cada día, sabiendo que esta actividad no permite redimir tiempos en la cárcel, sino por voluntad propia y por irradiación del ambiente alegre y festivo que se logró desarrollar en las prácticas; otra manifestación de participación interactiva fue la integración a nuestro grupo, por parte de personas de la

población general quienes también pudieron hacer parte de las prácticas.

Se identificaron manifestaciones de participación pasiva al haber personas que nos observaban y no se decidieron a participar interactivamente pero todo el tiempo nos animaban e interactuaban con risas y bromas, otra manifestación de participación “pasiva” se dio por parte de los profesionales de distintas instituciones que allí trabajan; la participación de estudiantes, practicantes y de administrativos que permite que se logre un funcionamiento continuo y eficaz de los procesos que se deben llevar a cabo en la cárcel La Modelo: si bien estas actividades son programadas por personas diferentes a los internos, sin ellas ninguno de los programas propuestos se podría llevar a cabo en mayor o menor medida.

Las prácticas deportivas generaron alegrías y felicidad en los participantes pasando de un estado neutral a un estado activo, esto se evidenció cuando lograban o no realizar los ejercicios propuestos, pues es allí donde se observó el enfoque no competitivo sino integrativo y recreativo de las prácticas deportivas propuestas; al presenciar situaciones graciosas como errores en las ejecuciones o el no entender las indicaciones de los compañeros, que en últimas se prestaba para sacar unas risas y generar un rato ameno de bromas espontáneas sin pasar al irrespeto; las Personas Privadas de la Libertad se

notaban con más energía y con más ánimo para realizar las prácticas y sus movimientos eran más activos, pasando hasta de un ritmo pausado en su caminar a un ritmo más enérgico.

La autoeficacia también se vio evidenciada en los internos al lograr realizar los ejercicios propuestos en las prácticas, las manualidades en el taller recreativo y su desempeño en los Juegos Penitenciarios, pues lograban conseguir objetivos que ellos mismos no creían que podían realizar y que con un poco de concentración lo lograban hacer, esto era muy satisfactorio y se notaban las ganas de poder y querer realizar algo más difícil.

La motivación se evidenció permanentemente al esperar con ansias la llegada del orientador, al querer que se iniciaran las prácticas cuanto antes, al indagar sobre que se iba a realizar cada día y como se desarrollaba ese deporte, y al tomarles gusto a las prácticas por sí mismas.

Aunque los protagonistas de las prácticas deportivas fueron en su mayoría las personas adultas mayores de la Cárcel, los que conforman los distintos grupos tras bambalinas son muchas personas entre profesionales de distintas instituciones, estudiantes, practicantes y administrativos para que se logre un funcionamiento continuo y eficaz de los procesos que se deben llevar a cabo, por esto el trabajo

articulado se ve reflejado en las prácticas que se pudieron llevar a cabo como en las de este proyecto, las intervenciones del psicólogo, los talleres educativos, las salidas a la capilla y a los conciertos, es decir una serie de actividades que buscan incidir en los internos, si bien bajando sus niveles de estrés en la inmediatez, acercándose a pasitos hacia los objetivos más deseados que son la resocialización y resignificación de las Personas Privadas de la Libertad.

El poder pasar por mi parte de ser participante pasivo a interactivo en actividades no programadas en mi calendario de prácticas gracias a la comunicación que se logró desarrollar y a la confianza que pudimos generar con los funcionarios e internos con los que tuve interacción.

Se identificó que las prácticas deportivas permitieron bajar los niveles de estrés que se generan por el encierro a través de manifestaciones personales que se generaron en las prácticas como la espontaneidad, los gritos de celebración, las situaciones de bromas amistosas y los mismos fallos.

RECOMENDACIONES Y REFLEXIONES

Enseñar a la sociedad en general desde la familia y las escuelas a reflexionar sobre las poblaciones carcelarias y penitenciarias, para poderlas observar desde otros puntos de vista, comprendiendo que más allá de

que cometieron un delito y deben cumplir su sanción, debemos aprender a reconocer que son seres humanos y que si merecen un castigo acorde a su delito, este no incluye la pérdida de todos sus derechos como seres humanos ni como ciudadanos, sino únicamente la privación de su libertad por un determinado tiempo, además, si como sociedad queremos un país más pacífico, que mejor que dar un buen recibimiento y trato a las personas que retoman su libertad y necesitan una nueva oportunidad de vida.

Se deben continuar con los trabajos desde el deporte social en cárceles, penitenciarías y con poblaciones vulnerables como personas en condición de discapacidad: niños, niñas y adolescentes de escasos recursos y población de adultos mayores entre otros para visibilizar a las personas “olvidadas”, para contribuir en la solución de problemáticas sociales, y para resustituir sus derechos como seres humanos que en muchas ocasiones les han sido vulnerados.

Se deben crear propuestas para el deporte social desde las leyes y políticas públicas sobre los trabajos con poblaciones carcelarias y penitenciarias que garanticen sus derechos como seres humanos y que les puedan aportar elementos que les contribuyan significativamente hacia su proceso de resocialización y resignificación: ya que si por un lado existen los convenios

interinstitucionales que brindan herramientas sociales como talleres educativos, atención psicológica, espacios deportivos y recreativos, por el otro lado las mismas dinámicas internas carcelarias y la cantidad de población superan las posibilidades de una atención oportuna e individualizada para realizar el proceso de resocialización y resignificación de la manera más pertinente posible.

Tal parece que algunas problemáticas sociales penitenciarias no son solo un problema de desconocimiento, o de falta de reflexión sobre las situaciones problema existentes (atendiendo problemáticas como los jefes de patios a quienes deben obedecer, o las mercancías que se pueden conseguir o los privilegios que se adquieren por dinero) o de falta de leyes y políticas públicas; sino de falta de interés de los gobernantes para que las poblaciones carcelarias y penitenciarias puedan acceder a lo que ya está estipulado que les corresponde por ley como: condiciones de vida aceptables con prácticas deportivas y/o recreativas periódicas, alimentos, educación, trato digno y materiales que les permitan tener un desarrollo multidimensional para propiciar su resocialización y resignificación y ejercerla al momento de recuperar su libertad pero desde la misma estadía en la penitenciaría o cárcel. Pues todos pagamos impuestos y de estos es que el gobierno dispone para

ejecutar las obras y proyectos que las ciudades y las poblaciones necesitan.

Cabe preguntarnos ¿cómo re-socializar a una persona lejos de la sociedad a donde va a habitar al recuperar su libertad?, y ¿cómo ayudarlo a mejorar sus relaciones sociales para cuando esté afuera de la cárcel, si en ella las condiciones de vida por lo general le muestran una perspectiva cruda de supervivencia que le pueden marcar como experiencias significativas para la vida?

Se resalta con prioridad la importancia de poder capacitar permanentemente a las personas que trabajan y se relacionan con las poblaciones carcelarias y penitenciarias, porque estas poblaciones internas tienen características distintas a la población que no está en condiciones de encierro, y sus necesidades son muy diferentes: ampliando la perspectiva desde la evolución histórica de estos lugares y desde los enfoques en los cuales la justicia se ha basado para determinar una forma u otra de castigo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alvarado, A., & Salazar, A. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/geroko/v25n2/revision1.pdf>

Álvarez, J; Ceballos, O; Medina, R. (2012). *Actividad física en el adulto*

mayor. Madrid, España: El manual moderno. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/4476/1/Capitulos%20de%20libro.pdf>

Arboleda, R; Gutiérrez, J. (2004). Contexto social y marco legal del deporte. *Legislación y administración deportiva*, 1-41. Obtenido de http://viref.udea.edu.co/contenido/menu_alterno/apuntes/ac49-contexto.pdf

Arístegui, R; Bazán, D; Leiva, J; López, R; Muñoz, B; Ruz, J. (2005). Hacia una Pedagogía de la Convivencia. *Psykhé (Santiago)*, 14(1), 137-150. Obtenido de <http://www.psykhe.cl/index.php/psykhe/article/viewFile/277/257>

Barba, B. (2005). Educación y valores: una búsqueda para reconstruir la convivencia. *Revista mexicana de investigación educativa*, 10(24), 9-14. Obtenido de <http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v10n24/1405-6666-rmie-10-24-9.pdf>

Barrientos, M. (2005). La participación: algunas precisiones conceptuales. *Asignatura de extensión rural*, 2-6. Obtenido de <http://www.ocw.unc.edu.ar/facultad-de-ciencias-agropecuarias/extension-rural/actividades-y-materiales/actividades-y-materiales-2010/la-participacion>

Batubenge, O., Barragán, I., Margalli, A., & Muñoz, B. (2014). Convivencia:

una utopía historicista para la armonía social. El caso de la consolada en Zacualpan. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 20(40), 37-66. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4990953>

Behrman, D; Burt, S; Fenton, R; Fradier, G; Hemeleers, R; Levi, C; Rees, J; Sonoir, G. (1954). Jaulas para hombres, los derechos de los presos. El correo de la Unesco, 1-36. Obtenido de <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260>

Sonoir, G. (1954). Jaulas para hombres, los derechos de los presos. *El correo de la Unesco*, 1-36. Obtenido de <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260>

Bequette, F; Cissé, A; De la Cuesta, J; Johansson, L; Kavise, L; Leymarie, I; Maitra, R; Oliveira, E; Perego, L; Peters, T; Platek, M; Van, D; Wazir, A. (1998). La cárcel, una institución en crisis. *Revista el Correo de la UNESCO*, 1-52. Obtenido de <https://www.yumpu.com/es/document/read/14692867/la-carcel-una-institucion-en-crisis-unesdoc-unesco>

Berns, J; Fitzduff, M. (2007). Enfoques complementarios del trabajo de convivencia. *Coexistence*, s.p. Obtenido de https://flacsoandes.edu.ec/web/imagesFTP/1281636421.What_is_coex_Spanish.pdf

Bohórquez, M; García, A; Lorenzo, M. (2013). Felicidad y actividad física en personas mayores. *Escritos de Psicología (Internet)*, 6-12. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2710/271028444002.pdf>

Buceta, M; Lopez, L. (2015). La Atención Temprana en contextos penitenciarios en España. *Universidade da Coruña*, 9-11. Obtenido de <http://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2015.0.11.194>

Cabrera, J; Colunga, C; García, J; Jáuregui, E; Reynaga, P; Viver, G. (2017). Motivación al deporte en adultos y personas mayores que practican Cachibol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15-26. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v17n2/monografico1.pdf>

Cáceres, E; Naranjo, L. (2016). La práctica de deportes nuevos como estrategia para la construcción de escenarios de convivencia en la Institución Penitenciaria La Picota de Bogotá. Bogotá, Colombia: (tesis de pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.

Camacho, L. (2015). Caracterización del deporte en el establecimiento carcelario La Modelo, desde la perspectiva de los funcionarios. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.

Casimiro, A; Martínez, L; Santos, M. (2009). Condición física y salud: un modelo didáctico de sesión para personas mayores. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y del deporte*, 140-157. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=542/54222994004>

Congreso de la República de Colombia. (31 de Diciembre de 2019). *Secretaria General del Senado*. Obtenido de http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1757_2015.html

Díaz, J; Ramirez, S. (2017). Prácticas deportivas con personas pertenecientes a los grupos excepcionales de la Cárcel Modelo de Bogotá, como aporte al proceso de inclusión, participación y convivencia. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.

Duarte, R. (2011). Fundamentación del deporte social comunitario a partir de las categorías bioéticas: Una opción hacia el mejoramiento de la calidad de vida que trasciende el deporte moderno. *Lúdica pedagógica. Vol 2, No. 16*, 13-21. Obtenido de <https://doi.org/10.17227/ludica.num16-1353>

García, M. (1990). Aspectos sociales del deporte: una reflexión sociológica. *Alianza Editorial*, 29-35. Obtenido de <http://revintsociologia.revistas.csic.es/in>

dex.php/revintsociologia/article/view/33/
33

Guerra, L., & Gerontología, E. (2006). Ejercicio físico y deporte en los adultos mayores. *Geroinfo*, 1-10. Obtenido de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/geri_cuba/ejercicio_fisico_y_deporte_en_los_adultos_mayores.pdf

Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC. (10 de Julio de 2020). *INPEC*. Obtenido de <http://www.inpec.gov.co/>

Neira, C; Ospina, C; Rodriguez, J. (2015). *Deportes no convencionales para la convivencia y la participacion en centros penitenciarios y carcelarios*. Bogotá, Colombia: (Trabajo de grado: pregrado) Universidad Pedagógica Nacional.

Scarfó, F. (2002). El derecho a la educación en las cárceles como garantía de la educación en derechos humanos. *Revista iidh*, 291-324. Obtenido de <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r06835-11.pdf>

Secretaría de marina. (2019). *Metodología de la investigación*. Estados Unidos Mexicanos: Universidad Naval. Obtenido de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/133491/METODOLOGIA_DE_INVESTIGACION.pdf