



Mi seguridad, mi prioridad

Empoderamiento de mujeres y jóvenes del barrio San Carlos

i Información general

Síntesis

Este proyecto se propone compartir con la comunidad, en particular con las mujeres y jóvenes, los conocimientos propios del arte de Defensa personal con el fin de mejorar su calidad de vida, a través de la noción de su propio cuerpo y aumentando la confianza en sí mismas. Se espera lograrlo proporcionándoles una herramienta que les permita velar por su seguridad física ante las diversas situaciones de vulnerabilidad incrementadas en torno a situaciones de género. De esta manera, se propone brindarles conocimientos para evitar situaciones de riesgo, manejo de situaciones conflictivas y defensa ante agresiones personales y/o a sus familias.

Además, se proyecta generar un espacio paralelo de contención para sus hijos e hijas (y otros niño/as y jóvenes del barrio que concurren), con prácticas corporales recreativas, ludo-deportivas, con el objetivo por un lado de cubrir un área de vacancia como lo es la Educación Física reconocida en esta comunidad, y por el otro, apoyar a éstas madres para que puedan disponer de un tiempo para sí mismas y aprovechar plenamente de la propuesta.

Convocatoria

Convocatoria Ordinaria 2018

Palabras Clave

Promoción salud

Deporte

Violencia de Genero

Genero

Línea temática

GÉNERO Y VIOLENCIAS

Unidad ejecutora

Dirección de Deportes

**Facultades y/o colegios
participantes**

Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Facultad de Ingeniería

Presidencia - No Docentes

Facultad de Periodismo y Comunicación Social

Facultad de Arquitectura y Urbanismo

Destinatarios

El presente proyecto tiene como destinatarias directas a las niñas, jóvenes y mujeres del barrio San Carlos, conformando un grupo de 40 personas aproximadamente. Al mismo tiempo contempla otros destinatarios, en este caso, de carácter indirecto: las familias del barrio que participan en alguna de las instancias organizativas del mismo.

Tiene como destinatarios indirectos a los integrantes del grupo PROYECTARUNLP. Equipo de Deporte barrial, conformado por profesores, graduados, estudiantes y no docentes de las diversas carreras que participarán como extensionistas generando un espacio de práctica y capacitación.

Localización geográfica

La institución se encuentra ubicada en calle 146 y 529. La Usina, San Carlos de la localidad de La Plata, partido de La Plata.

Centros Comunitarios de Extensión Universitaria

Cantidad aproximada de destinatarios directos

60

Cantidad aproximada de destinatarios indirectos

40

☰ Detalles

Justificación

El presente Proyecto surge a partir de una demanda específica de la comunidad en función de desarrollarse el proyecto Taekwon-do para todos, aprobado y financiado por el Programa Voluntariado Universitario 2016 (SPU) que se proponía contribuir a mejorar la calidad de vida de la población, siendo de particular interés que se destine a jóvenes que se encuentran en estado de vulnerabilidad y en algunos casos tienen dificultades de reacción con sus pares y con otros integrantes del barrio. En ese marco y a partir de alto interés de las mujeres en la práctica del Taekwon-do, la propuesta también incluyó práctica de defensa personal. En ese marco y amparadas en el diálogo continuo entre los diversos actores territoriales, se fue diagramando esta propuesta que tiene como objetivo desarrollar prácticas de defensa personal en el barrio de San Carlos que se encuentra comprendiendo la integración de dos Unidades básicas La Usina y Adelina Alaye, que se encuentran en la zona. Dicho barrio forma parte del aglomerado urbano Gran La Plata y se encuentra en la localidad de San Carlos. En general las familias están atravesadas por un estado de vulnerabilidad social y/o económica. Parte de la población está compuesta por desocupados y trabajadores informales que cuentan con salarios por debajo del mínimo, vital y móvil. En este marco, el Proyecto se encuadra en un programa de co-gestión territorial entre la Universidad Nacional de La Plata y la comunidad. La Universidad, como actor que integra las perspectivas de los equipos de las unidades académicas intentando brindar atención a las demandas manifestadas por las organizaciones y/o actores sociales de este espacio particular. De esta manera, nos proponemos desarrollar encuentros de enseñanza de prácticas de defensa personal que permitan el acceso a derechos de saberes específicos sobre usos del cuerpo, en el marco de un programa mayor que contempla acciones específicas entorno al género y a los derechos de igualdad de las mujeres.

Objetivo General

Contribuir a la mejora de la calidad de vida de mujeres y jóvenes; y por extensión a las de sus familias; a través de la reflexión sobre la defensa como derecho de la mujer y del conocimiento y práctica de técnicas de defensa personal, facilitando por otro lado, la asistencia de estas mujeres brindando un espacio paralelo al que sus hijos puedan concurrir y participar de prácticas corporales recreativas, promoviendo de este modo doblemente la equidad social.

Objetivos Específicos

- Proporcionar a mujeres y jóvenes un saber específico que les permita contrarrestar situaciones de riesgo físico para sí o sus familias.

- Promover el autoconocimiento y autoconfianza de mujeres y jóvenes y su derecho a la legítima defensa de sí mismas y de sus familias.
 - Generar un espacio, en simultáneo, de prácticas corporales recreativas para los hijos e hijas de las mujeres que participen de la propuesta (o cualquier otro niño, niña o joven que esté interesado).
 - Difundir la experiencia a los efectos de replicarla a través los canales habituales (redes sociales y volanteadas) y también con una exhibición por parte de las participantes, hacia el cierre del proyecto en una de las Jornadas de Extensión Universitaria en Educación Física (En DGD de la UNLP), espacio de encuentro de diversas comunidades.
-

Resultados Esperados

Establecimiento y mantenimiento de un espacio de prácticas corporales pensado para las mujeres de la comunidad.

Promoción de la circulación de saberes específicos en torno al cuerpo de las mujeres y la reflexión sobre sus derechos.

Desarrollo del dominio de prácticas corporales aplicables a la propia seguridad física y del entorno familiar.

Fortalecimiento del desarrollo integral de niñas y jóvenes a través de la participación sostenida en prácticas corporales recreativas y la profundización de los vínculos comunitarios.

Indicadores de progreso y logro

Los principales serán:

La asistencia regular de los extensionistas a todas las instancias en que su participación individual o grupal les sea requerida, su actuación proactiva, la cohesión del equipo de trabajo y su articulación con las demás instituciones u organizaciones del entramado social que participen, a fin de garantizar el sostenimiento del proyecto.

Asistencia sostenida (y creciente) de los destinatarios directos y su participación proactiva en cada una de las instancias pertinentes (práctica, evaluación del proyecto, Jornadas de Extensión Universitaria en Educación Física, etc.).

Metodología

Serán funciones de la directora y co-directora la supervisión general de toda la propuesta, trabajando mancomunadamente con los demás extensionistas, la organización y supervisión de la capacitación de los estudiantes extensionistas a través de talleres; cuya periodicidad se

irá evaluando con el transcurso del desarrollo de la propuesta; en los que se los acompañará además en la atención a las adaptaciones que resultasen necesarias según la heterogeneidad en cuanto edades, cantidad, experiencias corporales previas, preferencias, etc. de los participantes, en particular los niños, niñas y jóvenes.

Además, ambas trabajarán junto a los responsables de la documentación del desarrollo del proyecto, gestionando su utilización con fines de difusión, evaluación e insumo para la elaboración de material educativo.

Por otro lado, la directora y co-directora serán responsables de proveer a los extensionistas de los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en tiempo y forma.

Será tarea de la coordinación la supervisión de las actividades, el informe periódico del avance del proyecto, la gestión de espacios, la conformación de equipos y de articular las acciones entre los alumnos extensionistas y el referente barrial, a fin de garantizar el sostenimiento de las actividades en territorio. Por otro parte, será la coordinadora quien colabore estrechamente con la directora y la co-directora en la organización de las Jornadas de Extensión Universitaria en Educación Física.

En lo que respecta a los estudiantes extensionistas, será su compromiso participar proactivamente de la planificación y ejecución de las actividades barriales (en este proyecto en particular, las destinadas a niños, niñas y jóvenes, ya que las clases de defensa personal a las mujeres y jóvenes del barrio serán impartidas por miembros del equipo no docentes expertos en tal práctica corporal) y asistir a las capacitaciones.

Cabe agregar que varios de los extensionistas integran el grupo PROYECTAR.UNLP. Equipo de Deporte barrial, que ya tiene acumulados más de 2 años de trabajo en este tipo de espacio de práctica y capacitación.

Actividades

- Reunión de Equipo de extensionistas: Planificación de actividades. Capacitación de extensionistas. Socialización de la implementación de los planes de preparación física de clases de Defensa personal del proyecto con todo el equipo.
- Reunión de Equipo de extensionistas: Organización de los grupos y asignación de tareas. Diseño y elaboración de materiales para la difusión del proyecto.
- Difusión del proyecto en la comunidad de referencia a través de redes sociales, invitaciones personalizadas recorriendo el barrio y pegatina de volantes.
- Visita las escuelas n° 71 y 68 para difundir las actividades que habrá para niños, niñas y jóvenes, además de las que habrá para sus madres.
- Actividades de Defensa Personal (mujeres y jóvenes): Presentación del método del arte de Defensa Personal a través de pautas simples. Explicación y ejemplificación de consejos sencillos para la prevención de situaciones de riesgo. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).

- Actividades de Defensa Personal (mujeres y jóvenes): Enseñanza de cómo detectar peligros a tiempo para poder evitarlos, puntos vitales del cuerpo del agresor, herramientas improvisadas de defensa y práctica de golpes con ellas. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).
- Actividades de Defensa personal: Reflexiones en torno a los derechos de las mujeres. Enseñanza y práctica de ejercicios de respiración y relajación muscular tendientes al auto-control. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).
- Registro audiovisual de las actividades para su posterior difusión a través de las Secretarías de Extensión de las unidades académicas intervinientes y otros medios. También como insumo para evaluación del desarrollo del proyecto por parte de sus actores.
- Actividades de Defensa Personal: Control del miedo, manejo verbal de la situación sin desprotegerse. Límites que indican la necesidad de protegerse físicamente. Técnicas de control y reducciones físicas. Práctica de técnicas de control. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).
- Reunión de equipo. Seguimiento del proyecto: Evaluación. obstáculos, posibles vías de solución, dudas. Intercambio de ideas de actividades recreativas para niños y niñas que participan en el proyecto.
- Reunión de equipo de extensionistas con las mujeres y jóvenes destinatarias directas del proyecto, a fin de evaluar el mismo.
- Actividades de Defensa personal: Cómo evadirse en forma segura de una situación de potencial peligro. Procedimientos de interacción en robos, secuestros y violaciones. Práctica de técnicas de control. Práctica de golpes con accesorio. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).
- Reunión de equipo y referentes barriales para la organización de la participación de los destinatarios del proyecto a la siguiente edición de la Jornada de Extensión Universitaria en Educación Física a realizarse en la Dirección General de Deportes de la UNLP.
- Actividades de Defensa personal: Reflexiones en torno a los derechos de las mujeres. Defensas ante ataques con arma blanca. Practica de defensa ante arma blanca. Práctica de técnicas de control. Práctica de golpes con accesorios. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).
- Actividades de Defensa personal: Ejercitación de la respiración integral y flexibilidad. Control del miedo, manejo verbal de la situación sin desprotegerse. Límites que indican la necesidad de protegerse físicamente. Práctica de técnicas de control y reducciones físicas. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).
- Actividades de Defensa personal: Escapes de posiciones difíciles en el suelo. Práctica de escapes en el suelo. Practica de defensa ante arma blanca. ejercitación de la respiración

integral y flexibilidad. Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan).

- Actividades de Defensa personal: organización y ensayo de una muestra de lo aprendido a exhibir en la Jornada de Extensión Universitaria en Educación Física (a realizarse en la Dirección General de Deportes de la UNLP). Actividades recreativas paralelas para los hijos e hijas (y otros niños, niñas y jóvenes que asistan)
 - Registro audiovisual de las actividades.
 - Reunión de equipo para el seguimiento del proyecto y su evaluación. Capacitación y apoyo a los extensionistas.
 - Actividades de Defensa personal: exhibición de prueba por parte de las mujeres y jóvenes de la muestra que luego presentarán en la próxima Jornada de Extensión Universitaria en Educación Física a realizarse en la DGD de la UNLP; frente a los asistentes al encuentro del día y otros invitados.
 - Participación en Jornada de Extensión Universitaria (DGD, UNLP), a realizarse en los meses de Marzo, Junio y Diciembre.
 - Reunión de equipo: Evaluación del desarrollo y finalización del proyecto. Análisis de la viabilidad de su continuidad.
-

Scheines, G. (1981). Juguetes y jugadores. Buenos Aires: De Belgrano

Scheines, G. (1998). Juegos inocentes, juegos terribles. Buenos Aires: Eudeba

Trigo Aza, E. (2005). Juegos motores y creatividad, 4ta ed. Barcelona: Paidotribo

Vargas Rodríguez, R. (1991). Voleibol. 1001 Ejercicios y juegos. Madrid: Pila Teleña

Yesudian, S. y Haich, E. (1964). Deporte y Yoga, pps 109-212

Sostenibilidad/Replicabilidad

Consideramos la sostenibilidad del proyecto, en primer lugar, porque responde a la demanda de un grupo de mujeres con una necesidad imperiosa de dar respuesta a una problemática cotidiana y creciente como lo es la violencia de género.

Luego, el equipo de extensionistas, de conformación interdisciplinaria e interclaustrario, cuenta con integrantes con basta experiencia en la temática y su aplicación en el trabajo en territorio. Cabe agregar que la experiencia cuenta con el antecedente de haber sido incorporado un taller de defensa personal a requerimiento de las madres de niños, niñas y jóvenes que participaron del proyecto Taekwon-do para todos (convocatoria 2016- Voluntariado Universitario) y la demanda de mujeres acompañantes que han asistido a las ediciones de las Jornadas de Extensión Universitaria en Educación Física- DGD- UNLP

Autoevaluación

Consideramos que la propuesta contribuirá al empoderamiento de las mujeres destinatarias directas, en principio, a través del conocimiento de sus derechos por un lado, y del dominio de un saber hacer específico, por otro, que las ayudaría a enfrentar situaciones de violencia de género.

Por otro lado, promueve la igualdad de oportunidades, promoviendo el acceso a sus derechos a niños, niñas y jóvenes ofreciéndoles un espacio de prácticas corporales recreativas.

Por último, evaluamos como facilitadores de este proyecto la experiencia en territorio de la mayoría de los integrantes del equipo de extensionistas, su carácter interdisciplinario, el aporte del grupo PROYECTARUNLP. Equipo de Deporte barrial (formado por varios de los integrantes del equipo de extensionistas) y su participación sostenida desde más de 2 años en las Jornadas de Extensión Universitaria en Educación Física que se realizan en la Dirección General de Deportes de la UNLP.

Participantes

Nombre completo	Unidad académica
Oltolina Giordano, Maria Teres (DIRECTOR)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Profesor)
Rodriguez, Norma Beatriz (CO-DIRECTOR)	Dirección de Deportes (Profesor)
Orlandoni, Javier (COORDINADOR)	Dirección de Deportes (Profesor)
Mirc, Andrea Elizabeth (COORDINADOR)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Profesor)
Gonzalez Thill, Lucia (COORDINADOR)	Dirección de Deportes (Otra)
Balbarrey, Agustín (PARTICIPANTE)	Facultad de Periodismo y Comunicación Social (Alumno)
Clarke, Lucas (PARTICIPANTE)	Facultad de Periodismo y Comunicación Social (Alumno)
Chrestia, Florencia (PARTICIPANTE)	Facultad de Periodismo y Comunicación Social (Alumno)
López Muñoz, Joel Adolfo (PARTICIPANTE)	Facultad de Periodismo y Comunicación Social (Alumno)
Portaluppi, Rita Antonella (PARTICIPANTE)	Facultad de Periodismo y Comunicación Social (Alumno)
Reynal O'Connor, Manuela Julia (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Visciglia, Barbara Sabrina (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Graduado)
Logrono, Sol Ailen (PARTICIPANTE)	Facultad de Periodismo y Comunicación Social (Alumno)
Artola, Juan Carlos (PARTICIPANTE)	Presidencia - No Docentes (No-Docente)
Lopez, Marcelo Eduardo (PARTICIPANTE)	Presidencia - No Docentes (No-Docente)

Nombre completo	Unidad académica
Del Piero, Roberta Cecilia (PARTICIPANTE)	Facultad de Arquitectura y Urbanismo (Graduado)
Di Rosa Melisa Cristina, Di Rosa Melisa Cristina (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Salinas Petrone, Inés (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Perez, Sofia Anahi (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Castillo, Alejo (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
González, Enzo David (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Graduado)
Rosso, Sofía Ailén Lilia (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Marelli, Maria Paz (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Rus Francisco, Agustina (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Ferrer, Maria De Los Angeles (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Maldonado Cesar Alejandro, Maldonado Cesar Alejandro (PARTICIPANTE)	Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (Alumno)
Perichinsky, Martina (PARTICIPANTE)	Facultad de Ingeniería (Alumno)
Gramajo, Hernan Luis (PARTICIPANTE)	Dirección de Deportes (Profesor)

Organizaciones

Nombre	Ciudad, Dpto, Pcia	Tipo de organización	Nombre y cargo del representante
UNIDAD BÁSICA ADELINA ALAYE	La Plata, Buenos Aires	Organización o movimiento social	Lucas Clarke, Responsable
UNIDAD BÁSICA LA USINA	La Plata, Buenos Aires	Organización o movimiento social	Juan Ariel Archanco, Responsable
ASOCIACIÓN FUTURO AMANECER	La Plata, Buenos Aires	Asociación	Julia Zulema Flores, Presidenta