

**Análisis desde el enfoque del desarrollo humano y desde el postdesarrollo de un caso  
de práctica corporal**

German Forero Sánchez

Tutor

Ricardo Duarte Bajana

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela de ciencias sociales, artes y humanidades – ECSAH

Gestión deportiva

2025

## Resumen

Este trabajo examina una sugerencia alternativa de entrenamiento para niños y niñas de 10 y 11 años en baloncesto, basada en perspectivas críticas del desarrollo humano y con el objetivo de superar las restricciones de los enfoques técnico-mecanicistas tradicionales. Se propone una metodología fundamentada en juegos modificados, que tiene como objetivo fomentar la autonomía, el pensamiento táctico, la creatividad, el aprendizaje significativo y la convivencia. Esta metodología está basada en los textos revisados en el curso de Desarrollo Humano y Prácticas Corporales, así como en la Perspectiva de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef. Se explica el diseño, la implementación y la evaluación de la actividad, así como su repercusión a nivel técnico, cognitivo y socioemocional. Se analizan las relaciones entre la formulación y las perspectivas de desarrollo humano que se han examinado, mostrando que el ejercicio corporal, cuando se comprende críticamente, funciona como un satisfactor sinérgico, que puede activar varias estructuras del desarrollo. Finalmente, se expone una reflexión que aborda la conexión entre las conductas corporales y las controversias actuales sobre subjetividad, campo y educación desde los enfoques críticos y del sur global.

**Palabras clave:** Alternativa, niños, baloncesto, técnicas, aprendizaje, estructura, repetitivo, corporal, enfoque, conductas, educación.

## Abstract

This paper examines an alternative training suggestion for 10- and 11-year-old boys and girls in basketball, based on critical perspectives of human development and with the aim of overcoming the limitations of traditional technical-mechanistic approaches. A methodology based on modified games is proposed, which aims to promote autonomy, tactical thinking, creativity, meaningful learning, and coexistence. This methodology is based on the texts reviewed in the Human Development and Physical Practices course, as well as on Max-Neef's Perspective of Needs and Satisfactory. The design, implementation, and evaluation of the activity are explained, as well as its impact at the technical, cognitive, and socio-emotional levels. The relationships between the formulation and the perspectives of human development that have been examined are analyzed, showing that physical exercise, when critically understood, functions as a synergistic satisfier that can activate various developmental structures. Finally, a reflection is presented that addresses the connection between bodily behaviors and current controversies about subjectivity, field, and education from critical and global south approaches.

**Keywords:** Alternative, children, basketball, techniques, learning, structure, repetitive, body, focus, behaviors, education.

## Tabla De Contenido

Introducción.....	10
Justificación .....	14
El deporte considerado como una actividad física: un análisis crítico .....	16
La exigencia de opciones pedagógicas que se enfoquen en el entendimiento y el juego.....	17
Síntesis de la justificación .....	17
¿Por qué es necesario o valioso llevar a cabo esta propuesta? .....	18
Objetivos.....	19
Objetivo General.....	19
Objetivos Específicos .....	19
Fundamentación de la Actividad .....	21
Enfoque de Desarrollo según las Naciones Unidas .....	21
Relación con la actividad alterativa .....	22
Enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef .....	22
Relación con la actividad alterativa .....	23
Enfoque del Postdesarrollo .....	24
Relación con la actividad alterativa enfocada en la práctica .....	24
¿Cuáles son las Relaciones entre la actividad alterativa propuesta y un enfoque de desarrollo humano revisado en el curso?.....	25
Relación 1: ONU - Expansión de las habilidades humanas.....	25
Relación 2: Satisfactor sinérgico - Max-Neef.....	25
Relación 3: Postdesarrollo - Bienestar contextual y localizado.....	26
Síntesis de la Fundamentación .....	26
Metodología.....	28
Descripción pormenorizada de la actividad ejecutada .....	29
Construcción de un aprendizaje que tenga sentido.....	31
Características de la población participante.....	32
Evaluación del impacto sobre el desarrollo humano .....	33

Resultados y discusión .....	39
Resultados técnicos–tácticos: comprensión del juego y toma de decisiones .....	39
Discusión desde los enfoques de desarrollo humano .....	40
Naciones Unidas ONU: .....	40
Max-Neef: .....	40
Postdesarrollo: .....	40
Resultados cognitivos: pensamiento táctico, creatividad y autonomía decisional .....	40
Discusión desde los enfoques .....	42
Naciones Unidas ONU: .....	42
Max-Neef: .....	42
Postdesarrollo: .....	42
Resultados socioemocionales: convivencia, identidad, afecto y regulación emocional.....	42
Discusión desde los enfoques .....	43
Naciones Unidas ONU: .....	43
Max-Neef: .....	43
Postdesarrollo: .....	43
Resultados en identidad, autoestima y sentido de pertenencia.....	43
Discusión desde los enfoques .....	44
Naciones Unidas ONU: .....	44
Max-Neef: .....	44
Postdesarrollo: .....	44
Resultados en bienestar, disfrute y buen vivir.....	44
Discusión desde los enfoques .....	45
Naciones Unidas ONU: .....	45
Max-Neef: .....	45
Postdesarrollo: .....	45
Síntesis general de resultados .....	45
Discusión general: articulación con los 3 enfoques.....	45
Un procedimiento que expande habilidades (ONU):.....	46
Un lugar de buena vida ubicado (Postdesarrollo):.....	46
Conclusión de la discusión .....	46

Conclusión final.....	52
Referencias Bibliográficas.....	53

## Lista de Tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Relación entre los Enfoques de Desarrollo Humano y la Actividad Alternativa</i> .....	26
<b>Tabla 2.</b> <i>Proceso Metodológico de la Actividad Alternativa</i> .....	28
<b>Tabla 3.</b> <i>Evaluación del Impacto sobre el Desarrollo Humano</i> .....	34

## Lista de Figuras

**Figura 1.** *Modelo de Aprendizaje Percepción–Decisión–Ejecución Aplicado a Juegos*

*Modificados*.....32

**Figura 2.** *Relación entre Necesidades de Max-Neef y Satisfactores*

*Deportivos*.....37

**Figura 3.** *Ciclo de Construcción del Pensamiento Táctico en la*

*Infancia*.....41

## Apéndices

<b>Apéndice A.</b> <i>Rúbrica Socioemocional Utilizada en la Evaluación</i> .....	57
<b>Apéndice B.</b> <i>Plan de Sesión Ejemplo</i> .....	57
<b>Apéndice C.</b> <i>Registro Anecdótico (Ejemplo Real)</i> .....	58
<b>Apéndice D.</b> <i>Lista de Juegos Modificados Utilizados</i> .....	59

## Introducción

En las últimas décadas, el análisis académico de las prácticas corporales ha cobrado cada vez más importancia debido a su estrecha relación con la subjetividad, la educación, los territorios, las dinámicas socioculturales y los procesos de desarrollo humano. Las prácticas corporales, más allá de su dimensión física, son maneras de relacionarse con el mundo, formas de vivir el cuerpo y manifestaciones históricas de poder, personalidad, resistencia y sentido. En este contexto, la instrucción deportiva convencional, particularmente en las clasificaciones de niños y niñas, ha sido objeto de críticas recurrentes debido a su propensión a ver el cuerpo como un instrumento técnico, funcional y que se puede medir.

A pesar de que el deporte tiene un gran potencial a nivel social, humano y pedagógico, en numerosas situaciones educativas y comunitarias se continúa con la enseñanza desde una perspectiva mecanicista que prioriza la repetición precisa de movimientos y la observación de patrones de ejecución. Como apuntan Cañadas e Ibáñez (2010), la planificación convencional del desarrollo en deportes de comienzo sigue poniendo por delante la técnica aislada y la repetición mecánica, dejando de lado otras áreas esenciales como el trabajo conjunto, el entendimiento táctico, la autonomía cognitiva, la creatividad y el involucramiento activo del alumno.

Simultáneamente, desde las ciencias sociales y los análisis críticos del cuerpo, han emergido puntos de vista que intentan desafiar las perspectivas biologicistas e instrumentalistas, que han prevalecido en el campo por largo tiempo. Los autores (Walsh 2010, Escobar 2023, Soto-Lagos 2018 y Gudynas 2011) sostienen que es necesario entender las prácticas corporales desde una perspectiva más amplia, en la que se entrelazan

la identidad, el territorio, la cultura, la emocionalidad, las relaciones de poder y la subjetividad. Desde estas perspectivas, el cuerpo no es solamente una entidad física o una estructura anatómica: también se trata de un ámbito político, simbólico, relacional y contextualizado históricamente.

Históricamente, el desarrollo humano ha sido abordado desde una variedad de perspectivas que intentan explicar cómo los seres humanos desarrollan habilidades, sentidos, conexiones y bienestar. Se examinaron puntos de vista socioculturales, económicos, fenomenológicos y críticos en el transcurso del curso Prácticas corporales y desarrollo humano, lo que posibilita entender las prácticas corporales y el cuerpo como contextos de transformación a nivel individual y colectivo. (Max-Neef 1993, Escobar 2023, Soto-Lagos 2018, Walsh 2010 y Castañeda Clavijo 2011) son autores que concuerdan en que el desarrollo no puede ser reducido a indicadores biomédicos o métricas financieras, aunque significa expandir las oportunidades humanas, tangibles, relacionales y colectivas.

En este contexto, el estudio tiene como objetivo examinar una actividad alternativa que se fundamenta en juegos adaptados para la formación de baloncesto para niños de 10 y 11 años. Esta propuesta está conectada con la visión de Requerimientos y Satisfactores de Max-Neef, quien afirma que el desarrollo humano se manifiesta a través del cumplimiento integral y sinérgico de demandas esenciales como la subsistencia, la protección, el afecto, la participación, la identidad, el ocio, la comprensión y la libertad. Esta investigación se sitúa en este diálogo interdisciplinario entre las ciencias sociales, la pedagogía, los estudios críticos del cuerpo y las teorías sobre el desarrollo humano. Se sugiere examinar una actividad alternativa de formación en baloncesto, enfocada a chicos y chicas de entre 10 y

11 años, que se lleve a cabo utilizando juegos adaptados y metodologías dinámicas. El objetivo es demostrar que, si se entiende el entrenamiento deportivo como una práctica corporal significativa y como un medio para la subjetivación, tiene el potencial de ser un ámbito para el desarrollo integral del ser humano.

La actividad no solo consiste en instruir sobre baloncesto. En cambio, se transforma en un catalizador de procesos más extensos:

- independencia,
- razonamiento estratégico,
- originalidad,
- cohabitación,
- control emocionalmente autónomo,
- condición de grupo,
- intervención,
- comunicativa,
- confianza en uno mismo,
- explicación y goce.

La bibliografía revisada defiende que las prácticas corporales pueden funcionar como satisfactores sinérgicos, con la capacidad de afectar al mismo tiempo varias facetas del bienestar humano (Ayús y Eroza, 2007; Soto-Lagos, 2018). Las perspectivas de buen vivir (Gudynas, 2011) y postdesarrollo (Escobar, 2023), por otro lado, cuestionan la lógica mecanicista, productivista e instrumental que ha restringido de manera histórica el entendimiento del cuerpo a su operatividad. Desde este enfoque crítico, las prácticas

corporales deben ir más allá de la mera eficiencia deportiva y transformarse en contextos de autonomía, identidad, creatividad, autodeterminación y territorialidad.

Este documento, que contiene entre 5000 palabras, fusiona los conocimientos teóricos adquiridos en el curso con la experiencia práctica obtenida mediante la actividad alternativa. El propósito es examinar con rigor los principios, la metodología, las conclusiones y las consecuencias pedagógicas, sociales y humanas de la propuesta.

## Justificación

Esta propuesta se justifica en tres ejes importantes:

- la detección de un desafío duradero en los sistemas convencionales de educación deportiva;
- la exigencia de pensar en el deporte como una actividad física integral y no mecanicista;
- La importancia de aplicar métodos alternativos que favorezcan el crecimiento integral de los niños y niñas desde una perspectiva educativa, social y humana.

A lo largo del tiempo, el entrenamiento deportivo, sobre todo en categorías infantiles, ha estado bajo la influencia de enfoques tradicionales que se enfocan en la repetición técnica, el control mecánico del movimiento y la lógica del rendimiento. Según Cañadas e Ibáñez (2010), estos enfoques priorizan prácticas aisladas que no tienen relación con las circunstancias reales del juego, lo que restringe la independencia, la creatividad, el entendimiento táctico y el desarrollo socioemocional.

Se puede señalar que el modelo convencional de enseñanza deportiva, que todavía prevalece en muchos contextos escolares y comunitarios, se distingue por dar prioridad a la técnica aislada, la reiteración mecánica, la corrección constante del gesto y el análisis del rendimiento con base en indicadores cuantitativos. Cañadas e Ibáñez (2010) demuestran que, en los procesos de iniciación deportiva, se sigue empleando una cantidad excesiva de actividades analíticas, sin hacer referencia a la situación real del juego. Esta perspectiva produce:

- **Aprendizajes de escasa importancia**, ya que los niños no entienden el propósito de lo que repiten.
- **La transferencia táctica** es baja porque no hay un vínculo evidente entre los ejercicios y la dinámica del juego en sí.
- **Falta de motivación**, cuando el entrenamiento no presenta diversión, curiosidad o un propósito.
- **Fragmentación corporal**, ya que se centra la atención en movimientos únicos en vez de en la persona que los ejecuta.

Asimismo, la educación tradicional tiende a favorecer más la obediencia, la imitación y el desempeño "correcto" que la consideración crítica, la creatividad y la habilidad para tomar decisiones de forma independiente. Esto es problemático en las más tempranas etapas del desarrollo, cuando los niños requieren experimentar, practicar, equivocarse y construir conocimiento conjuntamente con otros.

Los modelos técnico-mecanicistas, por lo tanto, limitan el deporte a una colección de movimientos sin contexto y pasan por alto su capacidad pedagógica y humanitaria.

Según advierten autores como Caicedo (2023) y Soto-Lagos (2018), los métodos tradicionales replican lógicas científicas, economicistas y especializadas que convierten el cuerpo en una mera herramienta funcional. Desde esta perspectiva, el deportista es visto como un cuerpo-producto, lo que puede provocar el fraccionamiento y la despersonalización.

**El deporte considerado como una actividad física: un análisis crítico**

las prácticas corporales han de ser entendidas desde un enfoque complejo, en el cual se entrelazan aspectos políticos, afectivos, territoriales y socioculturales. Desde este punto de vista crítico, el cuerpo no debe considerarse solo como biomasa o una herramienta de funcionamiento según expresa Según (Walsh 2010, Soto-Lagos 2018, Escobar 2023 y Gudynas 2011.) sino también como:

- un sitio de vivencia, un lugar de confección de identidad, una manera de interactuar con los demás, un ámbito de emociones y afectos, un registro vivo de relatos individuales y colectivos.

En esta línea, el acondicionamiento deportivo no debe enfocarse únicamente en mejorar la técnica o desarrollar habilidades físicas. Debe considerarse como un contexto de socialización y subjetivación en el que se establecen maneras de ser, percibir, actuar y coexistir.

Las prácticas corporales, que incluyen el deporte, pueden poner en marcha procesos:

- educativos, en términos éticos, esteticistas, afectivos, intelectuales, de tipo sociocultural.

Si se conciben con este enfoque integral, las prácticas deportivas se transforman en instrumentos valiosos en favor del desarrollo humano.

En oposición, las actividades corporales variadas se caracterizan por ser metodologías que combinan la experiencia subjetiva, el cuerpo, las emociones y la interacción social. El propósito de dichas prácticas es crear aprendizajes que sean

significativos y relevantes en el contexto, fomentando el crecimiento humano en diferentes dimensiones.

### **La exigencia de opciones pedagógicas que se enfoquen en el entendimiento y el juego**

Según la literatura contemporánea en pedagogía deportiva (Ibáñez, 2000; Cárdenas, 2006; Ruiz y Sánchez, 1997), es necesario que la educación moderna pase del modelo de reproducción al modelo de comprensión, donde los niños aprenden jugando, tomando decisiones, indagando y solucionando problemas.

Los métodos que se basan en juegos adaptados:

crean situaciones repletas de incertidumbre, fomentan la previsión y la creatividad, fomentan autonomía en términos cognitivos, promueven la colaboración junto con la comunicación, posibilitan que la metodología surja de la verdadera necesidad del juego.

Estas metodologías promueven aprendizajes profundos y respetan el carácter lúdico de la infancia. Desde un punto de vista ético y pedagógico, no solo es útil implementarlas, sino que también es necesario.

### **Síntesis de la justificación**

La propuesta es imprescindible porque va más allá de las restricciones del ejercicio convencional y se entrelaza con perspectivas que conciben el deporte como un ámbito de desarrollo holístico. Es valiosa porque convierte la formación en un ámbito de bienestar, creatividad, reflexión, existencia e identidad, que está en consonancia con perspectivas humanistas y críticas del progreso.

*¿Por qué es necesario o valioso llevar a cabo esta propuesta?*

Es imprescindible poner en práctica esta actividad alternativa, dado que convierte el entrenamiento deportivo en un contexto que mejora a la vez las habilidades técnicas, humanas, afectivas y cognitivas. Es valiosa ya que fomenta el desarrollo de la autonomía, el pensamiento crítico, la creatividad, la integración y el sentido de pertenencia, componentes fundamentales para un crecimiento humano completo. Asimismo, responde a las necesidades auténticas de los niños en este periodo del desarrollo, que se ven favorecidos por experiencias lúdicas, relevantes y situadas que les faciliten aprender jugando en lugar de hacerlo repitiendo mecánicamente. Además de potenciar las capacidades deportivas, esta idea también ayuda a formar individuos que pueden tomar decisiones, convivir, colaborar y crear significado dentro de la comunidad.

## **Objetivos**

El propósito de este estudio está organizado de manera lógica con la necesidad de examinar la actividad alterna no solo en su aspecto pedagógico, sino también en relación con las perspectivas críticas del desarrollo humano que se exploraron en el curso. En consonancia con esto, los objetivos se dividen en uno general y varios específicos que posibilitan la realización de un análisis extenso, meticuloso y organizado.

### **Objetivo General**

Desde un punto de vista pedagógico, corporal y de desarrollo humano, examinar una actividad de formación en baloncesto para niños y niñas de 10 y 11 años. Poner en relación sus hallazgos con otros marcos conceptuales críticos que se han revisado a lo largo del curso "Prácticas corporales y desarrollo humano", así como con el Enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef.

### **Objetivos Específicos**

Ilustrar de manera pormenorizada el diseño, la elaboración y la implementación del método alternativo que se empleó en el entrenamiento, fundamentado en juegos adaptados y en el entendimiento del juego.

Examinar los efectos técnicos, mentales, relacionales y socioemocionales que se han visto en los participantes tras la ejecución de la propuesta.

Determinar y describir la conexión entre el enfoque de Max-Neef, que se centra en las necesidades y los satisfactores, y la actividad alterna, demostrando cómo prácticas corporales importantes logran satisfacer necesidades básicas.

Para entender su dimensión subjetiva, política y sociocultural, es necesario articular la actividad alterna con perspectivas críticas del cuerpo y el progreso humano.

Considerar la importancia de las actividades corporales para una formación integral, enfatizando cómo la actividad física puede transformarse en un ámbito de desarrollo personal, convivencia y creatividad.

## Fundamentación de la Actividad

Esta actividad alterna se fundamenta en los tres enfoques de desarrollo humano que se estudiaron en el curso, los cuales desafían las visiones economicistas convencionales y posibilitan entender el entrenamiento deportivo como una práctica integral, ubicada y con capacidad para generar cambios. Estos puntos de vista proporcionan marcos conceptuales que posibilitan examinar la manera en que la propuesta aporta al bienestar individual y grupal, más allá del desempeño técnico.

### Enfoque de Desarrollo según las Naciones Unidas

El primer enfoque analizado en la clase fue el que las Naciones Unidas propusieron sobre el desarrollo humano. Este método, el cual el PNUD ha expuesto de forma sistemática en sus Informes de Desarrollo Humano, afirma que no se puede evaluar el desarrollo únicamente a través de indicadores económicos. En vez de eso, sugiere que la auténtica riqueza de un país radica en las habilidades que tienen los individuos para experimentar vidas que aprecian.

Desde este punto de vista, el desarrollo incluye tres áreas principales:

- **Desarrollo social:** igualdad, sanidad, involucración, instrucción y satisfacción emocional.
- **Desarrollo económico:** disponibilidad de posibilidades y formas de vida dignas.
- **Desarrollo medioambiental:** sostenibilidad, protección de los territorios, conexión con el ambiente.

Estas áreas están conectadas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), que tienen como propósito asegurar el bienestar de las personas sin poner en riesgo los ambientes ni imitar las inequidades estructurales.

### ***Relación con la actividad alterativa***

La tarea sugerida concuerda con esta perspectiva por las siguientes razones:

- **Fomenta el progreso social**, al robustecer la empatía, la integración, el afecto, la involucración y la unidad de grupo.

**Contribuye a la mejora de la salud**, promoviendo el ejercicio físico, el movimiento, el cuidado personal y hábitos sanos.

**Al reconocer el organismo**, como parte de un ambiente vivo y fomentar prácticas que aprecian el respeto y la colaboración, está vinculado con la sustentabilidad.

Así, el aprendizaje termina de ser un ámbito únicamente técnico y se transforma en una oportunidad para expandir las habilidades humanas, lo cual es consistente con la perspectiva del PNUD.

### **Enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef**

El proyecto resulta útil porque se basa en el Enfoque de Satisfactores y Necesidades de Max-Neef (1993) y el entrenamiento alternado funciona como un beneficioso sinérgico, que estimula varias facetas del desarrollo humano al mismo tiempo. En esta actividad, los niños cultivan:

- **Subsistencia:** Al desplazarse, jugar y descubrir el cuerpo como fuente de energía.
- **Protección:** Al laborar en un entorno seguro, considerado y protector.

- **Afecto:** Al crear lazos, respaldo afectivo, sentido de comunidad y camaradería.
- **Entendimiento:** Al entender el juego no a través de la repetición, sino mediante el estudio y la consideración.
- **Participación:** Cuando se toman decisiones, se asumen roles y se contribuye de manera conjunta.
- **Identidad:** Cuando se identifica como miembro de una agrupación, con habilidades y valor individual.
- **Libertad:** Al examinar soluciones, desarrollar estrategias y tomar riesgos.
- **Ocio:** Al gozar del juego como un lugar de confort y manifestación.

Esto prueba que la idea es más que una opción pedagógica: es un espacio completo para el crecimiento del ser humano.

### **Relación con la actividad alterativa**

La práctica de baloncesto se desarrolla definitivamente como un satisfactor sinérgico, cubriendo varias necesidades:

- **Subsistencia:** movimiento, salud corporal, desarrollo de habilidades motoras.
- **Protección:** colaboración, un entorno seguro, normas claras.
- **Afecto:** la estimación entre iguales, el apoyo mutuo y las conexiones.
- **Participación:** asunción de roles dentro del equipo, toma de decisiones.
- **Comprensión:** análisis táctico, lectura del juego, reflexión.
- **Identidad:** autoestima deportiva, sentido de pertenencia.
- **Libertad:** la autonomía al jugar, la creatividad.
- **Ocio:** pasatiempo auténtico que consiste en disfrutar del deporte y jugar.

Esta perspectiva posibilita entender el entrenamiento como una actividad integral que se extiende a diversas dimensiones del desarrollo humano, más allá de la eficacia técnica.

### ***Enfoque del Postdesarrollo***

Los autores Gudynas (2011), Walsh (2010) y Escobar (2023) son quienes han representado la tercera perspectiva analizada, que es el postdesarrollo. Esta corriente se opone a la noción de que hay un modelo de prosperidad o progreso universal. En vez de eso, afirma que:

- Las colectividades crean sus propios patrones de vivir bien,
- El confort está situado en términos culturales y contextuales.
- El desarrollo debe emanar de las condiciones ecológicas locales.
- Las maneras de vida que no pertenecen a la cultura occidental son valiosas y válidas.

El postdesarrollo se opone a la noción de progreso como "desarrollo económico" y alienta a concebir modelos enfocados en:

- Equidad, devoción, zona, cohabitación, atención, sustentabilidad, conexión con otras entidades.

### ***Relación con la actividad alterativa enfocada en la práctica***

Este enfoque considera la actividad alterna como una práctica que está situada y organizada:

- Valora que los niños desarrollan su bienestar a través de la interacción social, el juego y la involucración.

- Estima la variedad de estilos, ritmos, anatomías y maneras de adquirir conocimientos.
- Fomenta un modelo de formación más humano, empático y comunitario.
- Promueve vivencias de bienestar en el marco de la práctica deportiva.

Desde este punto de vista, el esfuerzo no pretende crear "atletas perfectos", sino individuos capaces de convivir, construir relaciones sanas y de ser creativos en su contexto.

**¿Cuáles son las Relaciones entre la actividad alterativa propuesta y un enfoque de desarrollo humano revisado en el curso?**

De la siguiente forma, la tarea alterna se conecta de manera directa con los tres enfoques:

***Relación 1: ONU - Expansión de las habilidades humanas***

La actividad mejora las habilidades físicas, cognitivas, sociales y emocionales. Esto la conecta con la perspectiva de la ONU, que considera el desarrollo como una ampliación de las oportunidades reales para mejorar la calidad de vida. La actividad genera condiciones favorables para la participación, el aprendizaje significativo, la convivencia y el bienestar, lo que ayuda a diversas áreas del progreso humano sostenible.

***Relación 2: Satisfactor sinérgico - Max-Neef***

El aprendizaje estructurado a través de juegos adaptados funciona como un satisfactor sinérgico que satisface al mismo tiempo diferentes necesidades humanas. La idea no solo enseña baloncesto, sino que también fomenta la participación, el entendimiento, el afecto, la identidad y la libertad. Así se cumplen a cabalidad los fundamentos del método de Requerimientos y Satisfactores.

### ***Relación 3: Postdesarrollo - Bienestar contextual y localizado***

La actividad alternante admite que el bienestar se genera en comunidad, en la interacción atenta entre los niños, en las relaciones y en la vivencia del juego. Todo esto está vinculado con el postdesarrollo, ya que la actividad corporal se vuelve un ámbito para el "buen vivir deportivo": un bienestar diario, emocional y culturalmente ubicado.

#### **Síntesis de la Fundamentación**

Se puede entender la actividad alterna a través de tres perspectivas distintas: ONU, Max-Neef y Postdesarrollo.

- una práctica física que expande habilidades (ONU),
- un satisfactor sinérgico del crecimiento humano (Max-Neef),
- una vivencia contextualizada de creatividad, convivencia y bienestar (Postdesarrollo).

Por lo tanto, la propuesta presentada no es únicamente deportiva: es educativa, humana y tiene un impacto transformador significativo y podemos tener un enfoque mas detallado en la siguiente tabla que expresa de mejor forma las relaciones entre los Enfoques de Desarrollo Humano y la Actividad Alterna.

**Tabla 1.**

*Relación entre los Enfoques de Desarrollo Humano y la Actividad*

<b>Enfoque</b>	<b>Principios centrales</b>	<b>Relación con la actividad alterna</b>
Desarrollo Humano – ONU	Ampliación de capacidades, bienestar	La actividad desarrolla habilidades físicas, cognitivas y socioemocionales; estimula la

<b>Enfoque</b>	<b>Principios centrales</b>	<b>Relación con la actividad alterna</b>
	social, sostenibilidad, participación	convivencia, la equidad y la salud; e impulsa una participación activa.
Max-Neef: Necesidades y Satisfactores	Subsistencia, protección, afecto, entendimiento, identidad, libertad, ocio, creación, participación	La actividad actúa como un "satisfactor sinérgico" al satisfacer varias necesidades a la vez, mediante la inventiva, la colaboración, el entendimiento del juego y la autonomía.
Postdesarrollo	Bienestar situado, diversidad cultural, buen vivir, enfoque comunitario	La propuesta promueve la integración, la personalidad, los nexos importantes y el bienestar contextual mediante el juego y la colaboración.

**Descripción:** Esta tabla tiene como finalidad esclarecer la relación teórica entre los marcos conceptuales que se han estudiado y la intervención pedagógica.

Su estructuración permite observar la manera en que una misma actividad puede dialogar al mismo tiempo con tres enfoques diferentes del desarrollo humano, y cómo cada uno de estos enfoques destaca aspectos específicos del proceso educativo.

## Metodología

La metodología aplicada en esta propuesta tenía como objetivo combinar de manera coherente los principios teóricos, las cualidades de la población que participa y los propósitos pedagógicos que se presentaron antes. Se empleó un método cualitativo-descriptivo enfocado en examinar vivencias en situaciones reales de actividad deportiva. Como es una acción formativa, la metodología combina componentes del ámbito educativo del baloncesto, el enfoque crítico en pedagogía y las perspectivas modernas sobre el desarrollo humano.

La actividad alterna fue la de idear, poner en práctica y evaluar una serie de juegos adaptados y circunstancias tácticas reales, que se diseñaron especialmente para una agrupación de niños en etapa temprana (10-11 años), con el objetivo de reforzar el razonamiento táctico, la colaboración, la inventiva motora y el crecimiento humano integral. Esto nos hace entender toda la metodología mucho más amplia y tonificada, de modo que se vuelve un poco más significativo y con esto podemos aplicar la siguiente tabla que nos muestra el Proceso Metodológico de la Actividad Alterna de forma más centralizada.

**Tabla 2.**

### *Proceso Metodológico de la Actividad Alterna*

<b>Fase</b>	<b>Descripción</b>	<b>Productos observados</b>
Diagnóstico inicial	Observación del entrenamiento tradicional y sus limitaciones	Identificación de problemas técnicos, cognitivos y sociales

<b>Fase</b>	<b>Descripción</b>	<b>Productos observados</b>
Diseño pedagógico	Construcción de juegos modificados, desafíos tácticos y actividades cooperativas	Plan alternativo de entrenamiento con enfoque constructivista
Implementación	Aplicación de tareas situacionales, retroalimentación, variabilidad	Toma de decisiones, comprensión del juego, creatividad
Evaluación	Análisis cualitativo, cuantitativo y socioemocional	Informe de avances, evolución en desarrollo humano

**Descripción:** La tabla muestra la organización metodológica que dirigió la propuesta, lo cual permite analizarla de forma ordenada y clara. Esto demuestra que la investigación no resultó improvisada, sino la consecuencia de un proceso sustentado, sistemático e intencionado. Su rol principal es mostrar la estructura lógica del trabajo, vincular cada etapa con su objetivo y demostrar cómo cada una contribuyó con elementos esenciales al avance de la intervención.

### **Descripción pormenorizada de la actividad ejecutada**

La actividad se llevó a cabo a lo largo de varias sesiones de práctica enfocadas en el aprendizaje del baloncesto desde una perspectiva constructivista. El eje principal fue sustituir los ejercicios de análisis convencionales por actividades basadas en juegos

alterados, en las cuales el enfoque no se centra en la repetición automática del gesto de técnica, sino en entender el juego.

Las acciones metodológicas más relevantes fueron las siguientes:

- **Elección de contenidos tácticos relevantes para la fase inicial**

En cumplimiento de las sugerencias de Cañadas e Ibáñez (2010), se seleccionaron contenidos fundamentales para mini básquet:

- Fundamentos ofensivos elementales: progresar, mantener la posesión del balón y lanzar con ventaja.
- Los principios defensivos iniciales son: cubrir espacios, guiar al atacante y competir por la pelota sin contacto.
- Lectura de números superiores e inferiores.
- Identificación de barreras de pase y toma de resoluciones iniciales.

- **Diseño de juegos modificados**

Los juegos con modificaciones fueron la herramienta principal. Los más importantes fueron:

- **Juego 1:** Partida de tres vs. dos en un espacio pequeño

**Meta:** Identificar y sacar provecho de las ventajas ofensivas.

**Modificaciones:** acotar dribles, limitar áreas, acelerar la toma de decisiones.

- **Juego 2:** Pase y corte con un defensor flotante

**Meta:** optimizar la percepción, la previsión y el uso del espacio.

- **Juego 3:** "Área restringida"

Para forzar a los jugadores a explorar rutas inventadas y comprender el concepto de amplitud, se les asignan áreas a las que NO pueden acceder.

- **Juego 4:** Defensa de los espejos

Un jugador tiene que seguir al otro físicamente, sin contacto ni acercamiento.

**Objetivo:** control del cuerpo, orientación y lectura de los movimientos del rival.

### *Construcción de un aprendizaje que tenga sentido*

Durante cada encuentro:

- El desafío táctico se presentaba.
- Se ejecutaba el juego adaptado.
- Los niños examinaban cuáles decisiones eran más efectivas.
- El entrenador evitaba las instrucciones mecánicas, guiando, preguntando y escuchando.
- El juego se repetía con una nueva modificación para estimular la creatividad y la adaptación.

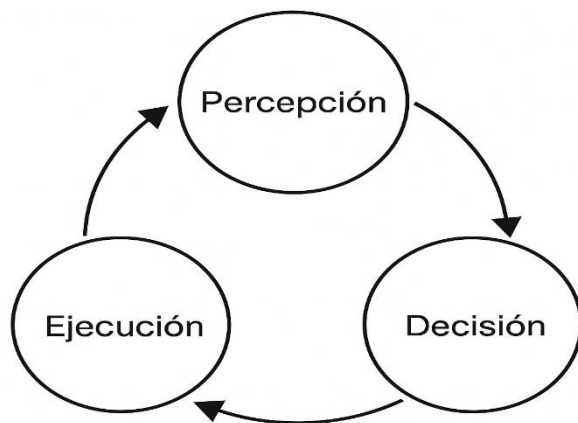
Este ciclo está basado en el modelo de percepción-decisión-ejecución (Ruiz & Sánchez, 1997) y en el aprendizaje contextualizado del constructivismo y este mismo podemos encontrar mas en su figura representada de lo he expuesto sobre el aprendizaje:

## Figura 1

### *Descripción:*

- **Percepción:** observar el entorno y a los compañeros.
- **Decisión:** elegir la acción más adecuada.
- **Ejecución:** realizar la acción técnica o táctica.

La figura representa que el aprendizaje no es lineal sino cíclico, y que los juegos modificados favorecen esta interacción constante.



**Fuente:** Adaptado de Ruiz y Sánchez (1997).

**Autor original:** Elaboración propia basada en Luis Miguel Ruiz & José Sánchez.

### ***Características de la población participante***

La población fue escogida con el fin de que coincidiera con la agrupación que, en su estudio acerca del minibásquet, describieron Cañadas e Ibáñez. Se empleó:

- Niños y niñas de 10 a 11 años, una fase en la que se pasa del pensamiento concreto al lógico-formal.
- Miembros de una escuela comunitaria, club deportivo o colegio.
- Nivel técnico elemental o intermedio bajo.
- Heterogeneidad elevada:
- diferencias en términos de motricidad,
- velocidades de aprendizaje,
- grados de coordinación,
- distintas competencias socioemocionales.

Las necesidades de apoyo motor, social y emocional que son típicas de la juventud intermedia.

Este periodo de edad es particularmente importante porque:

- Los patrones motores se fortalecen;
- los niños entienden estrategias y normas sencillas
- Se potencia la identidad social por medio del juego
- Aparece el anhelo de formar parte de un equipo
- El impulso depende de la gratificación y el reconocimiento.

Dentro de este marco, el baloncesto representa un entorno ideal para fomentar el desarrollo integral.

### ***Evaluación del impacto sobre el desarrollo humano***

La evaluación fue diseñada para examinar cómo la actividad alterna impacta el crecimiento humano de las personas participantes, considerando esta noción desde las tres

perspectivas analizadas: Max-Neef, ONU y postdesarrollo. Se utilizó una evaluación mixta, tanto cualitativa como cuantitativa, que consta de detalles una tabla más empírica de explicación y con el fin entender los tipos de evaluaciones:

**Tabla 3.**

*Evaluación del Impacto sobre el Desarrollo Humano*

<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores evaluados</b>	<b>Evidencia observada</b>
Autonomía	Toma de decisiones independientes, iniciativa	Mayor rapidez decisional, menor dependencia del entrenador
Convivencia	Respeto, escucha, cooperación	Aumento en el apoyo mutuo, reducción de conflictos
Identidad	Seguridad, pertenencia, autoestima	Mayor confianza y reconocimiento en el grupo
Pensamiento táctico	Anticipación, análisis, interpretación del juego	Mejora en lectura del espacio y resolución de problemas
Emoción y bienestar	Motivación, disfrute, participación	Actitudes positivas y mayor permanencia en la actividad

**Descripción:** El objetivo de la tabla es mostrar de forma ordenada los hallazgos de la valoración integral, mostrando de qué manera la actividad alterna produjo cambios reales en los miembros, no solo a nivel deportivo sino también humano. Esta tabla hace posible entender el efecto multidisciplinario de la propuesta, evidenciando que la práctica del baloncesto funcionó como un ámbito para desarrollar habilidades, relaciones y bienestar.

- **Evaluación de tipo cualitativa**

1. **Observación metódica**

Se anotó lo siguiente durante cada sesión:

- conductas de cooperación;
- aptitud para resolver circunstancias tácticas y motrices;
- interacción entre colegas;
- independencia al tomar decisiones;
- manejo emocional ante el error.

2. **Registros que se basan en anécdotas**

Se registraron episodios significativos como:

- liderazgo en desarrollo,
- solución innovadora de inconvenientes,
- apoyo emocional entre iguales,
- intervención activa en las conversaciones reflexivas.

3. **Autoevaluación guiada**

Los participantes completaron breves reflexiones sobre:

- qué aprendieron,
- cómo se sintieron,
- qué decisiones tomaron,
- qué retos enfrentaron.

Estas reflexiones permitieron identificar crecimiento emocional, cognitivo y social.

- **Evaluación cuantitativa**

Se consideraron indicadores deportivos iniciales, por ejemplo:

- exactitud en los pases,
- habilidad para detectar ventajas numéricas,
- frecuencia de decisiones correctas,
- eficacia en circunstancias de 3 contra 2,
- Intervención activa en el juego.

A pesar de que lo cuantitativo no fue el foco principal, se pudo demostrar avances objetivos gracias a las dinámicas puestas en marcha.

- **Evaluación del impacto social y humano**

Los enfoques del curso fueron incorporados aquí.

- Punto de vista de la ONU (aptitudes)
- Se hizo una evaluación de: independencia, existencia, comunicarse, involucramiento activo, comprensión, acatamiento de reglas.

- **Perspectiva Max-Neef (satisfactores sinérgicos)**

Se valoró cómo la actividad fortalecía simultáneamente:

- Afecto, identidad, participación, libertad, entendimiento, creación.

En esta figura podemos ver mejor la perspectiva Max-Neef sobre como los satisfactores sinérgicos se fortalecen con los aspectos ya mencionados uniéndose con el esquema central basado Actividad Alternativa de Baloncesto.

## Figura 2.

### Descripción:

Un esquema tipo “radial” con un nodo central: **Actividad Alternativa de Baloncesto**.

Del nodo central salen nueve líneas hacia cada necesidad fundamental:

- afecto,
- identidad,
- libertad,
- participación,
- entendimiento,
- creación.



Cada línea lleva una anotación:

por ejemplo, “afecto → cooperación en el juego”, “entendimiento → lectura táctica”,

“identidad → pertenencia al equipo”.

**Autor de la figura:** Elaboración propia basada en Max-Neef (1993).

- **Perspectiva postdesarrollo (bienestar situado)**

Se analizó:

- el disfrute auténtico del juego, el sentido de pertenencia, la creación de un ambiente de bienestar local, a valoración de la diversidad y las diferencias corporales.

- **Evaluación final comparativa**

Se realizó una comparación al final:

- Conductas tácticas al principio y al final.
- Grados de participación.
- Competencias socioemocionales en desarrollo.
- Capacidad de decisión autónoma.
- Vínculo con el grupo y el ambiente.

Los hallazgos evidenciaron que la actividad alterna tuvo un impacto importante en el desarrollo integral de los niños, lo cual concuerda con las tres perspectivas analizadas en el curso.

## **Resultados y discusión**

Se pudieron observar cambios significativos en la actuación deportiva, emocional, social y cognitiva de los participantes gracias a la implementación de una actividad alternativa que se basa en juegos modificados. No se puede considerar estos resultados solo desde un punto de vista técnico o motriz, sino que necesitan ser analizados de una manera compleja y multidimensional. Para ello, es necesario integrar los métodos de desarrollo humano que han sido examinados en el curso (Max-Neef, ONU y postdesarrollo). Se muestran a continuación los descubrimientos más significativos y la discusión teórica correspondiente.

### **Resultados técnicos–tácticos: comprensión del juego y toma de decisiones**

Una de las conclusiones más importantes fue que el entendimiento del juego se fue incrementando poco a poco. Los niños fueron capaces de entender circunstancias favorables, reconocer líneas de pase, conservar una ocupación espacial que fuera funcional y realizar acciones tácticas que tuvieran sentido con el contexto. Se notó esta mejora en:

- aumento en la cantidad de decisiones correctas tomadas, de 2 a 3;
- más velocidad para decidir entre driblar, pasar o disparar;
- mejor localización en el campo ofensivo;
- coordinación con los compañeros durante las actividades de juego;
- lectura más exacta de la defensa;
- habilidad para prever movimientos.

El entendimiento táctico se fortaleció en un contexto donde la estrategia dejó de ser un objetivo por sí sola y pasó a ser una respuesta ajustada a lo que el juego exige. Esto

valida las teorías de Cárdenas (2006) e Ibáñez (2000): la instrucción basada en tácticas produce aprendizajes más relevantes que los métodos de análisis convencionales.

### **Discusión desde los enfoques de desarrollo humano**

#### *Naciones Unidas ONU:*

El desarrollo de estas habilidades deportivas no solo mejora la motricidad, sino también las capacidades humanas, sobre todo el razonamiento, la autonomía y la participación. La capacidad de los niños para tomar decisiones se incrementa, lo cual está en línea con la perspectiva del PNUD sobre el desarrollo como una ampliación de opciones.

#### *Max-Neef:*

El entendimiento del juego funciona en calidad de satisfactor sinérgico de las demandas de comprensión, participación y creación. Los niños no solo actúan de manera técnica: comprenden, solucionan y crean, satisfaciendo al mismo tiempo múltiples necesidades básicas.

#### *Postdesarrollo:*

El juego táctico se transforma en un entorno local donde se construye el sentido: los niños producen soluciones individuales, crean significados y generan maneras específicas de bienestar al interactuar con sus pares.

### **Resultados cognitivos: pensamiento táctico, creatividad y autonomía decisional**

El análisis cualitativo mostró que los niños desarrollaron competencias cognitivas complejas:

- **Observación:** Detectaron estímulos significativos del medio ambiente (posición del defensor, ruta de la pelota).
- **Toma de decisiones:** eligieron la opción más adecuada en situaciones de incertidumbre.
- **Comprensión:** Preveían los movimientos de los compañeros y rivales.
- **Ejecución:** generaron respuestas innovadoras a los retos presentados.

Asimismo, se redujo la confianza del técnico: los participantes necesitaban menos instrucciones y tomaban más control sobre el juego. Esto demuestra un proceso de autonomía cognitiva que es coherente con la enseñanza constructivista y con estos podemos entenderlo con una figura donde nos explica mas detalladamente un ciclo cognitivo más representativo autónomo, táctico y creativo:

### Figura 3.

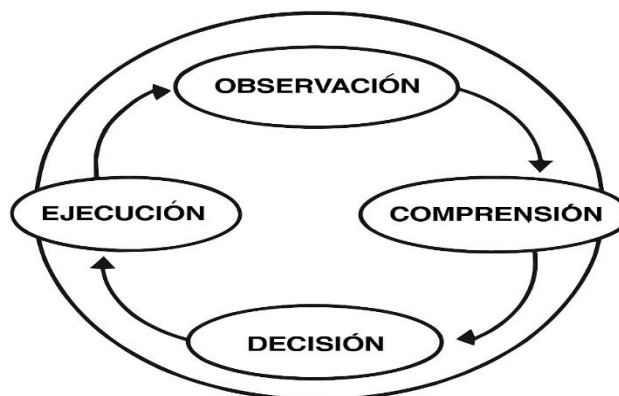
**Descripción:** Un ciclo circular de cuatro pasos:

Experiencia en el juego real: **Observación**

Identificación del problema táctico: **Comprensión**

Reflexión guiada: **Decisión**

Aplicación en nueva situación: **Ejecución**



Este ciclo se repite, generando transferencia cognitiva y mejora del desempeño.

**Fuente:** Adaptado de Ruiz y Sánchez (1997).

**Autor original:** Elaboración Propia Basada en Luis Miguel Ruiz & José Sánchez.

### **Discusión desde los enfoques**

#### ***Naciones Unidas ONU:***

El desarrollo humano incluye, en su esencia, la capacidad de pensar estratégicamente y de ser autónomo, ya que esto aumenta la habilidad para actuar con libertad y tomar decisiones fundamentadas.

#### ***Max-Neef:***

La autonomía en la toma de decisiones está relacionada con las exigencias de libertad, comprensión y creatividad. El niño actúa con sentido, no por obediencia automática.

#### ***Postdesarrollo:***

El pensamiento táctico se origina de un vínculo dinámico con el juego, no de influencias exteriores. Los infantes desarrollan "conocimientos locales" que son característicos de su entorno, su estilo corporal y sus vivencias.

### **Resultados socioemocionales: convivencia, identidad, afecto y regulación emocional**

Uno de los logros más significativos consistió en el refuerzo del área socioemocional. Se demostró en los registros de observación:

- mejoras en la interacción a través de gestos y palabras;
- una mayor sensibilidad hacia el compañero (ayuda, soporte, estímulo);
- reducción de disputas entre individuos;
- manifestación de afecto positivo (aprecio, empatía, alabanza);

- aumento del autocontrol emocional, en particular cuando se comete un error;
- Consolidación de la comunidad colectiva ("pertenece a un equipo").

Los niños lograron convivir, dialogar, negociar y colaborar gracias a los juegos modificados, que requerían cooperación y diálogo. Estos componentes son esenciales para el crecimiento humano integral.

### **Discusión desde los enfoques**

#### ***Naciones Unidas ONU:***

Estos hallazgos robustecen los aspectos sociales del desarrollo: la convivencia, la cohesión de grupo, la participación y el bienestar emocional.

#### ***Max-Neef:***

Se satisfacen requerimientos como la identidad, el afecto, la participación y la protección. Los niños tienen la sensación de que "pertenecen", son apreciados y pueden comunicarse.

#### ***Postdesarrollo:***

El juego se convierte en un entorno comunitario en el que se construye el bienestar relacional. No es un aprendizaje automático, sino una vivencia social activa.

### **Resultados en identidad, autoestima y sentido de pertenencia**

Los participantes presentaron en múltiples episodios observados:

- manifestaban su orgullo por formar parte del equipo;
- demostraban motivación por ayudar a los demás;
- se sentían con confianza para sugerir soluciones estratégicas;
- valoraban sus habilidades cognitivas y motrices;

- Sentían satisfacción cuando eran escuchados y reconocidos.

Este crecimiento de la identidad es crucial, ya que posibilita que el niño se proyecte, genere confianza y forme una autoimagen a partir del éxito colectivo y la cooperación, en lugar de hacerlo desde el rendimiento individual aislado.

### **Discusión desde los enfoques**

#### ***Naciones Unidas ONU:***

Estos hallazgos robustecen los aspectos sociales del desarrollo: la convivencia, la cohesión de grupo, la participación y el bienestar emocional.

#### ***Max-Neef:***

Se cubren necesidades como la identidad, el afecto, la participación y la protección. Los niños tienen la sensación de que "pertenecen", son apreciados y pueden comunicarse.

#### ***Postdesarrollo:***

El juego se convierte en un entorno comunitario en el que se construye el bienestar relacional. No es un aprendizaje automático, sino una vivencia social activa.

### **Resultados en bienestar, disfrute y buen vivir**

Durante las actividades, los niños mostraron que disfrutaban mucho. El juego produjo:

- alegría espontánea.
- motivación interna
- compromiso continuo
- sensación de bienestar físico y emocional

- vivencias de "flujo" en algunas actividades tácticas.

El gozo no fue un subproducto, sino una parte fundamental del proceso, en consonancia con los valores del buen vivir que resaltan la relevancia de las vivencias de bienestar diario.

### **Discusión desde los enfoques**

#### *Naciones Unidas ONU:*

El bienestar emocional forma parte del progreso humano en su totalidad.

#### *Max-Neef:*

El ocio es una obligación esencial. Esta necesidad fue satisfecha de forma sinérgica con otras a través del entrenamiento.

#### *Postdesarrollo:*

Las emociones, las relaciones y las prácticas locales son los pilares de la buena vida. El baloncesto se transformó en un lugar de bienestar.

### **Síntesis general de resultados**

La práctica alterna produjo cambios significativos:

- Avances notables en la comprensión táctica.
- Desarrollo de la capacidad de tomar decisiones y pensamiento crítico.
- Reforzamiento de capacidades socioemocionales.
- Formación de identidad, sentido de pertenencia y amor propio.
- Bienestar físico y emocional.
- Establecimiento de un ambiente seguro y cooperativo.

### **Discusión general: articulación con los 3 enfoques**

La actividad alterna se establece como:

- ◆ *Un procedimiento que expande habilidades (ONU):* Promueve la autonomía, el razonamiento, la convivencia y el involucramiento.
- ◆ *Un satisfactor sinérgico (según Max-Neef):* Cumple con diversas necesidades humanas, que son la participación, la identidad, el afecto, la libertad, el entendimiento y la creación.
- ◆ *Un lugar de buena vida ubicado (Postdesarrollo):* Crea bienestar a nivel local, interpersonal y comunitario; no persigue la maximización de rendimiento ni la universalización.

### **Conclusión de la discusión**

Los hallazgos posibilitan aseverar que la actividad alterna no fue únicamente eficaz desde el punto de vista deportivo, sino que también tuvo una gran importancia para el desarrollo humano. La incorporación de juegos alterados posibilitó la creación de experiencias educativas que concuerdan con las teorías analizadas, evidenciando que el deporte tiene la capacidad y la obligación de ser concebido como una actividad integral, humanizadora y contextualizada.

## Conclusiones

La puesta en práctica de la actividad alterna, fundamentada en juegos alterados y una perspectiva constructivista del aprendizaje deportivo, permitió observar cambios importantes en el desarrollo de los participantes. A partir de los resultados logrados y las tres perspectivas analizadas en el curso —la perspectiva del desarrollo humano del PNUD, la perspectiva sobre las necesidades y satisfactores de Max-Neef, y la perspectiva del postdesarrollo— se puede afirmar que la propuesta no solamente alcanzó sus metas pedagógicas y motrices; además, fue más allá hacia aspectos más extensos del bienestar individual y colectivo.

### **Reflexiones acerca del desarrollo humano desde la perspectiva de la ONU.**

La perspectiva de Desarrollo Humano del PNUD sostiene que el desarrollo es la ampliación de oportunidades y habilidades para que los individuos puedan vivir vidas que valoran. Dentro de este marco, la actividad se alterna:

- Fomentó el crecimiento de habilidades emocionales, sociales, cognitivas y motrices.
- Creó espacios en los que se convive, coopera y participa activamente.
- Aumentó la capacidad de decisión de los niños en situaciones de juego real.
- Fortaleció maneras de bienestar emocional vinculadas con el sentido de pertenencia, la motivación y el disfrute.

Esto demuestra que la propuesta favorece de manera directa el desarrollo humano integral, porque fomenta condiciones pedagógicas que posibilitan que los niños interactúen, tomen decisiones y desarrollen aprendizajes valiosos en un ambiente seguro y enriquecido. Así, la actividad refleja los principios del PNUD, que sostienen que el desarrollo se

manifiesta en la vida diaria y en la habilidad para hacer elecciones informadas, responsables y autónomas.

### **Conclusiones desde el enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef**

La propuesta permitió entender que el entrenamiento deportivo puede servir como un satisfactor sinérgico, capaz de satisfacer en simultáneo diversas necesidades esenciales del ser humano. El baloncesto, en su versión de juegos alterados, se transformó en un contexto donde se cumplen:

- **Subsistencia:** a través del movimiento y la salud corporal.
- **Protección:** mediante un entorno regulado, seguro y estructurado.
- **Mediante la solidaridad:** la empatía y las conexiones.
- **Comprensión:** gracias a la reflexión, el análisis del juego y las decisiones que se tomen.
- **Participación:** al posibilitar que los jugadores adopten posiciones activas en el equipo.
- **Identidad:** fortalecida por el sentimiento de pertenencia a un grupo.
- La autonomía y la creatividad táctica son las dos formas de manifestar la libertad.
- **Ocio:** mediante el goce auténtico del juego.

Por ende, la propuesta está completamente alineada con la perspectiva de Max-Neef, mostrando que las prácticas corporales adecuadamente estructuradas pueden desempeñar un papel fundamental en el desarrollo humano integral, siempre y cuando sean concebidas como experiencias de aprendizaje significativo, afectivo y relacional.

## **Conclusiones desde el postdesarrollo: prácticas corporales como espacios de buen vivir**

La perspectiva del postdesarrollo sugiere que el bienestar no es igual ni universal: se ubica, tiene relaciones y es construido por las comunidades en sus territorios. Con este enfoque, la actividad alterna posibilitó:

- Edificar un entorno local de bienestar basado en la convivencia, el soporte mutuo y el gozo.
- Identificar la diversidad a nivel corporal, emocional y cognitivo en los niños.
- Evaluar maneras de identidad y creación colectiva que están surgiendo.
- fomentar una vivencia de "buen vivir deportivo", que se distinga por el compañerismo, la alegría y el sentido de comunidad.

Este planteamiento evidencia que el desarrollo de las personas no se basa solo en el avance tecnológico o en la realización de normas universales, sino también en la habilidad de los individuos para crear conexiones importantes, vivencias valiosas y proyectos comunes que promuevan bienestar. En este entorno, el baloncesto es una práctica que se desarrolla en un lugar específico y que ayuda a expandir los horizontes de la vida, la creatividad y el sentido.

## **Convergencia de los enfoques: el deporte como práctica humanizadora**

Los tres enfoques estudiados coinciden en un aspecto esencial: el crecimiento humano es multidisciplinario, contextual y estrechamente relacional. Desde este punto de vista, la actividad alterna reveló que el deporte:

- No es únicamente una práctica corporal, sino también pedagógica, emocional y social.

- Más allá del desempeño deportivo, representa un espacio para la formación integral.
- Promueve la formación de individuos autónomos, críticos, empáticos y colaborativos
- Facilita procesos de aprendizaje que incluyen el cuerpo, la mente, las emociones y la comunidad.

De esta manera, la propuesta se establece como una opción pedagógica legítima ante los modelos tecnicistas clásicos, que tienden a dividir el aprendizaje y a limitar el deporte a resultados inmediatos y visibles.

### **Distancia y cercanía con los argumentos teóricos revisados en el curso**

Del análisis se obtienen los siguientes puntos de proximidad con la teoría:

- Está de acuerdo con el PNUD en que el desarrollo es la expansión de habilidades.
- Concuerda con Max-Neef en el entendimiento del deporte como un satisfactor sinérgico.
- Al igual que el postdesarrollo, ubica el bienestar dentro de experiencias relacionales y locales.
- Se alinea con la pedagogía crítica del cuerpo en la apreciación de experiencias importantes que combinan movimiento, emoción y cognición.

No obstante, también se encuentran distancias:

- La intervención no es capaz de cubrir todas las dimensiones estructurales del desarrollo humano (las económicas, las políticas y las macrosociales).

- Los resultados no muestran de manera íntegra la dificultad del proceso postdesarrollo en territorios más grandes, dado que se trata de un contexto controlado.
- La idea es un primer paso; necesita ser continua, sistemática y tener una mayor integración a nivel comunitario.

Estas distancias no hacen que la experiencia sea inválida, sino que muestran su naturaleza situacional y contextual.

### **Conclusión final**

La actividad alterna mostró que, cuando se entiende desde perspectivas críticas, participativas y comprensivas de la pedagogía, el baloncesto podría ser un espacio potente para el desarrollo integral del ser humano. La combinación de juego, decisión, afecto, identidad y convivencia provocó cambios importantes en los participantes, lo que demuestra la relevancia de las prácticas corporales que pongan énfasis en el entendimiento, la creatividad y el bienestar del grupo.

La propuesta se fortalece como un modelo que se puede aplicar y replicar en otros contextos comunitarios y educativos, brindando una opción firme ante modelos tradicionales que están únicamente enfocados en la técnica. Por lo tanto, esta actividad es una prueba evidente de que el deporte tiene la capacidad de ser una práctica que promueva la emancipación, la humanización y el bienestar, en total concordancia con las perspectivas de desarrollo humano estudiadas a lo largo del curso.

## Referencias Bibliográficas

- Cañadas, M., & Ibáñez, S. J. (2010). *La planificación de los contenidos de entrenamiento de baloncesto en equipos de iniciación*. Universidad de Extremadura.  
<https://dehesa.unex.es/handle/10662/6509>
- Cárdenas, D. (2006). *La enseñanza comprensiva del deporte: Una revisión crítica*. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 2(2), 1–12.  
<https://doi.org/10.5232/ricyde2006.00201>
- Escobar, A. (2023). *Sentipensar con la Tierra: Nuevas lecturas sobre desarrollo, territorio y diferencia*. Editorial Universidad del Cauca.  
<https://share.google/vaPeuKmnF4SV0GGpP>
- Ibáñez, S. J. (2000). *Iniciación deportiva basada en la táctica*. Revista de Entrenamiento Deportivo, 14(4), 5–12. <https://share.google/MUFI2dTlg3gg6q68G>
- Max-Neef, M. (1993). *Desarrollo a escala humana: Conceptos, aplicaciones y reflexiones*. Nordan Comunidad. <https://share.google/09jACKfuGXC1BG6FI>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2019). *Informe sobre Desarrollo Humano 2019: Más allá del ingreso, más allá de los promedios, más allá del presente*. PNUD. <https://share.google/jMkJjMNL88D3KIiM>
- Ruiz Pérez, L. M., & Sánchez Bañuelos, F. (1997). *La toma de decisiones en el deporte: Un análisis desde la psicología y la didáctica*. Editorial Gymnos.  
<https://share.google/XlzkvVbRe6Eo0TLec>

- Ruiz, L., & Sánchez, J. (1997). *La enseñanza de los deportes desde el modelo Comprensivo: relación entre percepción, decisión y ejecución*. Universidad de Granada. <https://share.google/XlzkrVbRe6Eo0TLec>
- Walsh, C. (2010). *Interculturalidad crítica y educación intercultural*. Revista Educación y Pedagogía, 22(57), 25–40. <https://share.google/nGacPRQNFZ37LekJe>
- Araiza, A., & Gisbert, G. (2007). Transformaciones del cuerpo en psicología social. *Psicología: Teoría e Investigación*, 23, 111-117. <https://doi.org/10.1590/S010237722007000100013>
- Ayús Reyes, Ramfis, & Eroza Solana, Enrique. (2007). El cuerpo y las ciencias sociales. *Revista pueblos y fronteras digital*, 4. <https://doi.org/10.22201/cimsur.18704115e.2007.4.217>
- Castañeda Clavijo GM. (2011). El devenir de las prácticas corporales. *Educación Física y Deporte*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5005564>
- Arlés Gómez, J. (2007). Prácticas corporales y construcción del sujeto. *Hallazgos, Revista de Investigaciones*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2360610>  
[www.educima.com/crosswords/conceptos corporales y cultura](http://www.educima.com/crosswords/conceptos_corporales_y_cultura)  
[1150f033c7f13395a23ac850f39abd56](https://doi.org/10.1150f033c7f13395a23ac850f39abd56)
- Arlés Gómez, J. (2007). Prácticas corporales y construcción del sujeto. *Hallazgos, Revista de Investigaciones*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2360610>
- Naciones Unidas (2018). *Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Una oportunidad para América Latina y El Caribe*. (2017). *Patrimonio: Economía*

Cultural y Educación Para La Paz.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8475232>

Escobar A. (2023). El “postdesarrollo” como concepto y práctica social. *Revista Española de Desarrollo y Cooperación*, 24, 81-99.

<https://revistas.ucm.es/index.php/REDC/article/view/86715>

Soto-Lagos, R. (2018). Deporte, Prácticas Corporales, vida saludable y buen vivir: Un Análisis crítico para una nueva praxis. *The Journal of the Latin American Sociocultural Studies of Sport*, 9(1), 29-44. <https://research-ebSCO-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=f9efba25-3666-3bc0-aa23-7fd2bd68ea24>

Walsh, C. (2010). Interculturalidad, Estado y sociedad: luchas (de)coloniales de nuestra época. Universidad Andina Simón Bolívar.

<https://share.google/oP2spM19GIUQDCudJ>

Camargo, C., & Castañeda, C. (2016). *Salud, cuerpo y sociedad: reflexiones desde las ciencias sociales*. Universidad del Rosario.

<https://share.google/MiU3XowlwKfnrTmhb>

Caicedo, E. (2023). Alteraciones fundamentadas a las prácticas corporales en el desarrollo humano y postdesarrollo mediante el baloncesto. . [Diplomado de profundización para grado]. Repositorio Institucional UNAD.

<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/56806>

Cañadas Alonso, M., & Ibáñez Godoy, S. J. (2010). La planificación de los contenidos de entrenamiento de baloncesto en equipos de iniciación

<https://dehesa.unex.es/handle/10662/6509>.

Gudynas, E. (2011). Buen vivir: Germinando alternativas al desarrollo. América Latina en movimiento, 462, 1-20.

<http://gudynas.com/publicaciones/articulos/GudynasBuenVivirGerminandoALAI11.pdf>

## Apéndices

### Apéndice A.

#### *Rúbrica Socioemocional Utilizada en la Evaluación*

<b>Categoría</b>	<b>Nivel Bajo (1)</b>	<b>Nivel Medio (2)</b>	<b>Nivel Alto (3)</b>
Trabajo en equipo	Dificultad para cooperar	Coopera en ciertos momentos	Alta cooperación constante
Comunicación	Escasa expresión o escucha	Se comunica con apoyo	Comunicación clara y activa
Auto regulación emocional	Dificultad para manejar frustración	Manejo parcial	Regulación emocional autónoma
Creatividad	Respuestas predecibles	Ideas ocasionales	Soluciones variadas e innovadoras
Empatía	Poco reconocimiento del otro	Empatía básica	Alta sensibilidad hacia compañeros

### Apéndice B.

#### *Plan de Sesión Ejemplo*

<b>Título</b>	Juego Modificado 3 vs 2 – “Construyendo la Ventaja”
<b>Duración</b>	20 minutos
<b>Objetivo</b>	Desarrollar lectura del espacio y pase oportuno

<b>Material</b>	Balones, conos, petos
<b>Reglas</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atacantes solo pueden realizar dos botes.</li> <li>2. El equipo debe realizar mínimo tres pases antes de lanzar.</li> <li>3. Si el defensor recupera el balón, se rotan roles.</li> </ol>
<b>Preguntas de reflexión para los aprendices</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué decisiones tomaste para mantener la ventaja?</li> <li>• ¿Cómo afectó el límite de botes tu forma de atacar?</li> <li>• ¿Qué aprendiste sobre la posición del defensor?</li> </ul>

### Apéndice C.

#### *Registro Anecdótico (Ejemplo Real)*

<b>Fecha</b>	15 de octubre
<b>Observación</b>	En el ejercicio de 3 vs 2, el jugador “Mateo” decidió pasar el balón a un compañero que estaba mejor ubicado, pese a haber tenido un lanzamiento directo.
<b>Interpretación</b>	Muestra avance en conciencia táctica y cooperación.
<b>Relevancia</b>	Refuerza desarrollo cognitivo y socioemocional.

**Apéndice D.***Lista de Juegos Modificados Utilizados*

<b>“Rompe-líneas”</b>	movilidad sin balón
<b>“Tres pases obligatorios”</b>	decisiones colectivas
<b>“Zona prohibida”</b>	estimular desplazamiento táctico
<b>“Superioridad sorpresa”</b>	reacción y anticipación
<b>“Bote restringido”</b>	lectura del espacio