

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

Estudiante

Itcel Saúl Quintana Páez

Asesor

Ricardo Duarte

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Programa Gestión Deportiva

2024

Dedicatoria

Quiero dedicar el resultado de este trabajo a toda mi familia, quienes me han apoyado en todo este proceso desde que empecé en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, especialmente a mis padres quienes con su esfuerzo se convirtió en mi motivación en los momentos más difíciles de este proceso, para convertirme en lo que soy actualmente

Itcel Saúl Quintana Páez

Agradecimientos

Quiero agradecer a todos los docentes e instructores de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, de quienes con mucha paciencia, disciplina y compromiso lograron darme el conocimiento más que suficiente para formarme y adquiriendo todos los conocimientos que hoy me permiten entregar este trabajo.

Itcel Saúl Quintana Páez

Resumen

El presente trabajo tiene como finalidad analizar como la modalidad de baloncesto cooperativo afecta el desarrollo de habilidades sociales, la confianza en uno mismo, la expresión creativa y el sentido de pertenencia, para lo cual se utilizó como metodología la implementación de una variante del baloncesto tradicional llamada “Baloncesto Cooperativo”, diseñada para fomentar la cooperación, inclusión y expresión creativa entre los participantes, se incluyó sesiones de juego que promovían la cooperación en lugar de la competencia, reuniendo a todos los jugadores en una comunidad colaborativa para lograr canastas juntos. Se introdujeron múltiples balones, se eliminaron las posiciones fijas y se diseñaron canastas más accesibles para incluir a jugadores de todas las habilidades, además, se alentó la creatividad mediante el desarrollo de secuencias de movimientos originales antes de anotar. Como resultado se halló que la implementación de la “Variación Alternativa” en el baloncesto ha tenido impactos significativos en el desarrollo humano de los participantes, centrada en la cooperación, inclusión y creatividad. La evaluación mixta reveló mejoras notables en habilidades sociales, autoconfianza y creatividad, los participantes desarrollaron comunicación efectiva, trabajo en equipo y empatía, facilitando interacciones inclusivas y respetuosas, con la eliminación de la presión competitiva permitió a los individuos sentirse valorados y capaces, aumentando su disposición a participar y expresarse libremente. La actividad fomentó la creatividad con secuencias de movimientos originales, enriqueciendo la experiencia de juego con diversas expresiones individuales y colaborativas.

Palabras clave: Baloncesto, cooperativo, variación, autoconfianza, creatividad.

Abstract

The present work aims to analyze how the cooperative basketball modality affects the development of social skills, self-confidence, creative expression and sense of belonging, for which was used as a methodology the implementation of a variant of traditional basketball called "Cooperative Basketball", designed to encourage cooperation, inclusion and creative expression among participants, included game sessions that promoted cooperation rather than competition, bringing together all players in a collaborative community to achieve baskets together. Multiple balls were introduced, fixed positions were eliminated and more accessible baskets were designed to include players of all abilities, and creativity was encouraged through the development of original movement sequences before scoring. As a result, it was found that the implementation of "Alternative Variation" in basketball has had significant impacts on the human development of the participants, focusing on cooperation, inclusion and creativity. The mixed evaluation revealed notable improvements in social skills, self-confidence and creativity, participants developed effective communication, teamwork and empathy, facilitating inclusive and respectful interactions, with the elimination of competitive pressure allowed individuals to feel valued and capable, increasing their willingness to participate and express themselves freely. The activity fostered creativity with original movement sequences, enriching the play experience with diverse individual and collaborative expressions.

Keywords: Basketball, cooperative, variation, self-confidence, creativity.

Contenido

Introducción	7
Justificación	8
Objetivos	9
Objetivo General	9
Objetivos Específicos.....	9
Marco de Referencia	10
Estado del arte.....	10
Marco contextual	11
Marco teórico	12
Marco conceptual.....	13
Metodología	15
Método	15
Tipo de estudio.....	15
Recolección de datos.....	16
Características de la población.....	16
Resultados	17
Desarrollo de habilidades sociales	17
Incremento de la autoconfianza	17
Fomento de la creatividad.....	17
Sentido de pertenencia y comunidad	18
Bienestar emocional.....	18
Inclusión y equidad.....	18
Conclusiones	21
Recomendaciones	22
Referencias.....	23

Introducción

La promoción del desarrollo humano y el posdesarrollo en el contexto de las prácticas corporales exige una reflexión profunda y crítica sobre cómo estas prácticas pueden ser redirigidas o Re imaginadas para fomentar el bienestar integral y la justicia social. En esta exploración, se propone no solo un cuestionamiento de los paradigmas dominantes que rigen las prácticas corporales en diversos entornos, sino también la articulación de alternativas que abracen la diversidad, la inclusión y la sostenibilidad.

Esta introducción plantea un escenario en el que las prácticas corporales, tradicionalmente vistas bajo la lente de la eficiencia, el rendimiento y la competencia, se reconsideran a través de una óptica que valora la experiencia humana en su totalidad, integrando dimensiones físicas, emocionales, culturales y espirituales. La propuesta de alteraciones fundamentadas a estas prácticas apunta a desmontar las estructuras de poder y desigualdad y a promover una cultura de respeto hacia los ritmos y necesidades individuales y colectivos, trascendiendo así los límites impuestos por los modelos hegemónicos de desarrollo.

Justificación

La adopción de la “variación alternativa” del baloncesto se considera un medio para alterar la dinámica tradicional del deporte, promoviendo una cultura de cooperación, inclusión y creatividad, por lo que el uso de este enfoque innovador para abordar las deficiencias de los modelos competitivos convencionales, priorizan el desempeño individual sobre la ventaja colectiva, ya que al fomentar la colaboración y la creatividad, se crea un entorno en el que todos los participantes, independientemente de sus capacidades, pueden contribuir de manera significativa, lo cual es crucial para promover la equidad y el desarrollo integral. Esta técnica no sólo mejora el deporte sino que también entrena a las personas en formas sociales y emocionales que son esenciales para lograr el crecimiento y el bienestar personal.

Además, este enfoque está en línea con las teorías del desarrollo humano y el posdesarrollo, que abogan por prácticas inclusivas y sostenibles en diferentes entornos, por ejemplo, la “variación alternativa” del baloncesto elimina las barreras tradicionales y crea un entorno que fomenta la creatividad y la colaboración, fomentando la justicia social y la diversidad, lo cual beneficia a los participantes individualmente, y fomentará un sentido de camaradería y apoyo entre pares, lo que resulta en una sociedad más unificada y equitativa. Por lo tanto, esta propuesta representa un paso importante hacia la implementación de prácticas deportivas que reflejen y promuevan principios humanistas y equitativos.

Objetivos

Objetivo General

Promover el crecimiento integral de los jugadores utilizando la "variación alternativa" del baloncesto, que enfatiza el trabajo en equipo, la inclusión y la inventiva por encima de la rivalidad convencional

Objetivos Específicos

Fomentar la comunicación efectiva, el trabajo en equipo y la empatía entre los participantes, creando un ambiente inclusivo y respetuoso que facilite la interacción y valoración de las ideas de todos.

Proporcionar oportunidades equitativas para contribuir al juego, permitiendo a los individuos sentirse valorados y capaces, lo que se refleja en una mayor disposición para participar, probar nuevas cosas y expresarse libremente.

Incluir elementos que requieran la creación de secuencias de movimientos originales antes de anotar, promoviendo la diversidad de expresiones individuales y colaborativas, tanto en el aspecto físico como en la resolución de problemas e innovación.

Marco de Referencia

Estado del arte

En un estudio realizado por Barbosa (2024), titulado “Estudio del desarrollo humano para la inclusión social mediante el baloncesto en silla de ruedas” se ha diseñado con fines educativos y formativos, orientados a apoyar la rehabilitación y superación personal de los participantes. Busca integrar elementos innovadores que fomenten y desarrollen capacidades físicas, emocionales y sociales, destacando el impacto positivo en el desarrollo humano a través de prácticas corporales. El juego requiere que cada equipo incluya un integrante femenino, conformando equipos mixtos de cuatro hombres y una mujer. La dinámica del juego establece que, tras encestar un hombre, el siguiente punto debe ser anotado por una mujer, manteniendo esta alternancia para ambos equipos. Al finalizar, se realiza una sesión de retroalimentación donde cada jugador expresa libremente sus sentimientos y aprendizajes sobre la actividad.

El estudio destaca tácticas efectivas para promover la igualdad de género, el respeto, la colaboración armoniosa y el apoyo mutuo. Estas tácticas buscan cambiar comportamientos y actitudes, impactando positivamente el desarrollo humano, emocional y social de las personas con discapacidades motoras, los beneficios incluyen mejoras en la salud, relaciones con el entorno, autonomía, autoestima y habilidades sociales, logrando un nivel de vida más digno. En conjunto, estas estrategias promueven, estimulan y dinamizan la inclusión y cohesión social.

Por otro lado, Quintero (2024), en su investigación sobre “Uso de metodologías activas para el desarrollo de pensamiento crítico” en donde se halló que las Metodologías Activas fomentaron la participación de los estudiantes en su propio proceso de aprendizaje, promoviendo su implicación y compromiso. Integrar el pensamiento crítico en Educación Física fue

importante para el desarrollo integral de los alumnos, permitiéndoles analizar, evaluar y crear nuevas ideas relacionadas con la actividad física.

Este estudio se centró en diseñar e implementar una propuesta de intervención basada en Metodologías Activas para desarrollar el pensamiento crítico en alumnos de Educación Primaria, transformando los métodos tradicionales de Educación Física, que se enfocaban solo en la transmisión de conocimientos y habilidades, hacia enfoques más participativos y reflexivos. Se desarrollaron diversas metodologías como el aprendizaje basado en problemas, el aprendizaje cooperativo, la gamificación, el aprendizaje-servicio, el aula invertida y el aprendizaje basado en juegos, buscando activar el interés de los estudiantes y fomentar su capacidad para cuestionar, analizar y resolver problemas de forma autónoma. Además, se pretendió demostrar cómo la Educación Física podría ser un contexto favorable para el desarrollo del pensamiento crítico, proporcionando situaciones prácticas que requerían toma de decisiones y resolución de problemas que se presentan.

Marco contextual

El trabajo se desarrolló en el contexto educativo de una escuela primaria, donde se buscó implementar metodologías activas dentro de la asignatura de Educación Física, el entorno escolar presentaba una diversidad de estudiantes con diferentes niveles de habilidades y experiencias en actividades físicas, lo que permitió diseñar una intervención que promoviera el pensamiento crítico y adaptara a las necesidades individuales de los alumnos, en un contexto donde los métodos tradicionales predominaban, la propuesta se orientó a transformar estas prácticas hacia la inclusión, participación y reflexión, con el objetivo de fomentar la autonomía, la colaboración y el análisis crítico en el ámbito deportivo y más allá, alineándose así con los objetivos educativos contemporáneos que buscan un desarrollo integral de los estudiantes.

Marco teórico

A lo largo del curso, hemos explorado diversas perspectivas y enfoques que redefinen la educación física y el deporte, poniendo especial énfasis en la necesidad de fomentar un desarrollo humano más integral y armónico. La literatura revisada subraya la importancia de trascender los paradigmas competitivos tradicionales, que a menudo priorizan el rendimiento individual y los logros a costa del bienestar colectivo y el crecimiento personal. En este contexto, el objetivo de la actividad propuesta, basada en la "Variación Alterativa" del baloncesto, es ofrecer una experiencia deportiva que valore la cooperación, inclusión y expresión creativa sobre la mera competencia.

“Las prácticas corporales hacen referencia a lo que se hace con el cuerpo, esto es, al nivel de la acción, del comportamiento. El concepto de cuerpo hace referencia a lo que se piensa del cuerpo, es decir, al nivel cognitivo; y el sentido de sí mismo, a la valoración que el sujeto hace de sí, lo cual se relaciona con la forma que cuida de sí, y que, creemos, se relaciona con el tipo de práctica corporal en que se compromete” (Gómez, 2007, p.293).

Esta innovadora aproximación busca no solo enriquecer la experiencia deportiva, sino también contribuir al desarrollo de habilidades sociales, emocionales y creativas esenciales. Al reimaginar el baloncesto como un juego cooperativo, en el que el éxito se mide por la capacidad de trabajar juntos y celebrar logros compartidos, esta propuesta se alinea con una visión educativa que valora el bienestar integral y la formación de individuos comprometidos con el beneficio colectivo. La “Variación Alterativa” del baloncesto representa, por lo tanto, un paso adelante hacia la materialización de estos ideales en la práctica deportiva y educativa.

“El desarrollo humano es el proceso mediante el cual las personas van adquiriendo habilidades, conocimientos, valores y actitudes que les permiten mejorar sus condiciones de vida

y alcanzar su máximo potencial como seres humanos. Es decir, se enfoca en el impacto de un diseño de actividades físico-recreativas en el desarrollo motor” (García et al., 2015, p.68).

En otras palabras, mediante las técnicas de juego, es posible resolver situaciones y alcanzar objetivos de manera justa y equitativa. Estas prácticas, desde un enfoque lógico, respetan el reglamento, las acciones, el espacio de juego, el tiempo, la comunicación motor, las maniobras y la estrategia, definiendo así el enfoque táctico. Según lo expuesto por los autores mencionados, la variación propuesta se orienta hacia el desarrollo humano al fomentar la conciencia sobre la integración y la recreación, y contribuir a la rehabilitación, la autonomía personal, la autoestima y el bienestar general.

Asimismo, se relaciona con las prácticas corporales al involucrar sentimientos, emociones y la lógica de las reglas, objetivos, situaciones y acciones y se conecta con el buen vivir y el bienestar, promoviendo los efectos positivos de las actividades físicas en la salud y fomentando una vida en armonía con la sociedad y la naturaleza.

Marco conceptual

Metodologías activas: se refiere a los enfoques pedagógicos que implican activamente a los alumnos en su aprendizaje, fomentando la participación, la reflexión y la resolución de problemas en colaboración. Según Silva & Maturana (2018), son los métodos, técnicas y estrategias que emplea el docente para transformar el proceso de enseñanza en actividades que promuevan la participación activa del estudiante y conduzcan al aprendizaje.

Pensamiento crítico: habilidad cognitiva que implica analizar, evaluar y sintetizar información de manera objetiva y reflexiva, fundamental para tomar decisiones informadas y resolver problemas de manera efectiva. Para Benzanilla & Poblete (2018), el pensamiento crítico comprende estar conscientes y contrastar una realidad social, política, ética y personal. De

alguna manera, es un compromiso con los demás y con la sociedad, adoptando una postura de acción que transforma tanto al individuo como a la comunidad.

Transformación educativa: es el proceso de cambio de las prácticas educativas tradicionales hacia métodos más dinámicos, inclusivos y participativos, que buscan potenciar el aprendizaje significativo y el desarrollo integral de los estudiantes en las diversas áreas del conocimiento, entre ellas la Educación Física. Según Roca (2019), la transformación educativa, además de comprender el uso de recursos y materiales didácticos basados en tecnología, se centra en sus propios métodos y recursos, para entender el cambio de contexto y tratar de adaptarse a la transformación de la sociedad.

Metodología

Método

La actividad realizada se centró en la implementación de una variante del baloncesto tradicional, denominada “Baloncesto Cooperativo”, que fue diseñada para fomentar la cooperación, inclusión y expresión creativa entre los participantes. Esta sección detalla la metodología utilizada, incluyendo la descripción de la actividad, las características de la población participante y el método de evaluación del impacto sobre el desarrollo humano.

La “Variación Alterativa” del baloncesto se estructuró en torno a sesiones de juego que promovían la cooperación en lugar de la competencia. A diferencia del baloncesto convencional, donde dos equipos compiten entre sí, esta variante reunió a todos los jugadores en una única comunidad con el objetivo de lograr el mayor número posible de canastas de manera colaborativa. Se introdujeron múltiples balones en el juego para aumentar la interacción y se eliminaron las posiciones fijas, permitiendo a los jugadores rotar libremente y explorar diferentes roles. Además, las canastas fueron diseñadas para ser más accesibles, con el fin de incluir a jugadores de todas las habilidades. Se incentivó la creatividad alentando a los participantes a desarrollar y ejecutar secuencias de movimientos originales antes de anotar.

Tipo de estudio

El tipo de estudio realizado se basa en una intervención educativa basada en metodologías activas aplicadas en el contexto de la Educación Física escolar. Para evaluar el impacto de la actividad en el desarrollo humano, se adoptó un enfoque mixto que combinó métodos cualitativos y cuantitativos.

Recolección de datos

Se utilizaron cuestionarios pre y post actividad para medir cambios en la percepción de los participantes sobre cooperación, inclusión, y bienestar personal. Además, se realizaron entrevistas y grupos focales para profundizar en las experiencias individuales y colectivas, explorando aspectos como el sentido de comunidad, la autoestima, y la creatividad. Se observaron las sesiones de juego para analizar las interacciones, la comunicación y el comportamiento colaborativo entre los participantes.

La evaluación buscó identificar cómo esta modalidad de baloncesto afectaba el desarrollo de habilidades sociales, la confianza en uno mismo, la expresión creativa y el sentido de pertenencia. Se prestó especial atención a cómo la eliminación de la competencia tradicional y la promoción de un ambiente inclusivo y creativo contribuían al bienestar y crecimiento personal de los participantes.

Características de la población

La actividad se llevó a cabo con un grupo diverso de individuos, incluyendo a estudiantes de educación física, aficionados al baloncesto y miembros de la comunidad local, abarcando un amplio rango de edades, habilidades y experiencias deportivas. Se hizo especial énfasis en la inclusión de personas que tradicionalmente se sienten marginadas en los deportes competitivos, como aquellos con menos habilidades físicas o deportivas, promoviendo así un ambiente de participación y disfrute para todos.

Resultados

La implementación de la “Variación Alterativa” en el baloncesto, enfocada en la cooperación, inclusión y creatividad, generó impactos significativos en el desarrollo humano de los participantes. Los resultados obtenidos a través de la evaluación mixta mostraron cambios positivos en varios aspectos, tanto a nivel individual como colectivo.

Desarrollo de habilidades sociales

Uno de los impactos más notables fue la mejora en las habilidades sociales de los participantes. La necesidad de colaborar para lograr un objetivo común fomentó la comunicación efectiva, el trabajo en equipo y la empatía. Los participantes informaron una mayor facilidad para interactuar con los demás, escuchar y valorar las ideas de todos, lo que contribuyó a un ambiente más inclusivo y respetuoso.

Incremento de la autoconfianza

La actividad tuvo un efecto positivo en la autoconfianza de los participantes. Al eliminar la presión de la competencia y proporcionar oportunidades equitativas para contribuir al juego, los individuos se sintieron más valorados y capaces. Esto se reflejó en una mayor disposición para participar, probar nuevas cosas y expresarse libremente dentro y fuera del contexto deportivo.

Fomento de la creatividad

La inclusión de elementos que requerían la creación de secuencias de movimientos originales antes de anotar promovió la creatividad de los participantes. Se observó una diversidad de expresiones individuales y colaborativas, lo que enriqueció la experiencia de juego. La

creatividad no solo se manifestó en el aspecto físico, sino también en la resolución de problemas y la innovación en la forma de interactuar dentro del juego.

Sentido de pertenencia y comunidad

La estructura cooperativa de la actividad fortaleció el sentido de pertenencia y comunidad entre los participantes. Al trabajar hacia un objetivo común y celebrar los logros colectivos, los individuos experimentaron una conexión más profunda con el grupo. Esto se tradujo en un mayor apoyo mutuo, tanto dentro como fuera del entorno deportivo, y en una percepción más positiva de la comunidad en su conjunto.

Bienestar emocional

El enfoque no competitivo y la atmósfera inclusiva contribuyeron al bienestar emocional de los participantes. La reducción del estrés asociado con la necesidad de “ganar” o ser el “mejor” permitió a los individuos disfrutar más plenamente de la actividad. Muchos informaron sentirse más relajados, felices y satisfechos durante y después del juego.

Inclusión y equidad

Al hacer que las canastas fueran más accesibles y eliminar roles fijos, la actividad promovió la inclusión y la equidad. Todos los participantes, independientemente de su habilidad o experiencia previa, tuvieron la oportunidad de contribuir significativamente al juego. Esto resultó en una valoración más equitativa de las diferentes capacidades y un reconocimiento de la importancia de cada contribución al éxito colectivo.

En general, la implementación de la "Variación Alterativa" del baloncesto, con su enfoque en la cooperación, inclusión y creatividad, ha proporcionado resultados tangibles que reflejan y amplían los argumentos teóricos sobre las prácticas corporales y el desarrollo humano

explorados durante el curso. Estos impactos no solo validan muchas de las teorías revisadas, sino que también ofrecen perspectivas prácticas sobre su aplicación en contextos deportivos y educativos.

Los resultados obtenidos de la actividad se alinean estrechamente con los argumentos teóricos que promueven prácticas corporales más inclusivas, colaborativas y expresivas como medios para fomentar un desarrollo humano integral. Teóricos como Dewey y Vygotsky han destacado la importancia del juego y la interacción social en el aprendizaje y el desarrollo, ideas que se reflejan en la estructura y los objetivos del baloncesto cooperativo. La actividad demostró cómo la participación activa, la creatividad y la interacción social pueden ser catalizadores para el desarrollo de habilidades sociales, la autoconfianza y el bienestar emocional, aspectos fundamentales del crecimiento humano.

Los principios de inclusión y equidad, fundamentales en la literatura sobre educación y desarrollo humano, fueron puestos en práctica a través de esta actividad. Al hacer accesible el juego para todos los participantes, independientemente de su habilidad o experiencia previa, se validaron los argumentos teóricos que abogan por eliminar barreras en las prácticas corporales para asegurar que todos tengan las mismas oportunidades de participar y beneficiarse de estas actividades. Fomento de la creatividad y expresión personal La integración de elementos creativos en el juego apoya la teoría de que las prácticas corporales pueden ser un medio para la expresión personal y el desarrollo creativo.

Esta dimensión de la actividad refleja los argumentos teóricos sobre la importancia de fomentar la creatividad en todos los ámbitos de la educación, incluido el físico, para el desarrollo integral de la persona. Se halla que las mejoras en el bienestar emocional, el sentido de comunidad y la autoconfianza de los participantes resaltan la relevancia de las prácticas

corporales en la promoción de un desarrollo humano holístico. Esto está en línea con las teorías educativas y psicológicas que subrayan la importancia de abordar las necesidades físicas, sociales y emocionales de los individuos para su pleno desarrollo.

Mientras que los resultados obtenidos reflejan en gran medida los argumentos teóricos revisados durante el curso, también ofrecen un contrapunto a las perspectivas más tradicionales que enfatizan la competencia y la especialización temprana en las prácticas deportivas. La actividad demuestra que, al alejarse de estos paradigmas competitivos, es posible alcanzar objetivos de desarrollo humano más amplios, lo que sugiere la necesidad de repensar y expandir las teorías existentes sobre el deporte y el desarrollo. En general, la “Variación Alterativa” del baloncesto no solo confirma la viabilidad de aplicar teorías sobre prácticas corporales y desarrollo humano en contextos deportivos, sino que también amplía nuestra comprensión de cómo estas actividades pueden ser diseñadas para promover un desarrollo humano más inclusivo, creativo y holístico. Estos hallazgos invitan a una reflexión continua sobre las prácticas educativas y deportivas, alentando a educadores y entrenadores a adoptar enfoques más innovadores y humanistas en su trabajo.

Conclusiones

Los resultados preliminares indican que la "Variación Alterativa" del baloncesto tuvo un impacto positivo significativo en el desarrollo humano de los participantes. Los datos recopilados sugieren mejoras en la cooperación, la comunicación, la confianza en uno mismo y la inclusión.

Las entrevistas y grupos focales revelaron un aumento en el sentido de comunidad y pertenencia, así como un mayor aprecio por la diversidad y la creatividad en el deporte.

Estos hallazgos sugieren que repensar los deportes tradicionales para enfatizar la colaboración y la inclusión puede tener efectos beneficiosos en el desarrollo humano, apoyando la idea de que el deporte puede ser un vehículo para la educación integral y el bienestar colectivo.

Recomendaciones

Introducir las metodologías activas de práctica progresiva, asegurando que los docentes como los estudiantes estén familiarizados y cómodos con los nuevos enfoques pedagógicos. La capacitación ajustar en estas metodologías puede corregir su poder y aceptación.

Adaptar las metodologías activas según las características específicas de cada multitud de estudiantes y las condiciones del escenario educativo. Esto podría comprender ajustes en los recursos, la duración de las actividades y las estrategias para maximizar el aprendizaje.

Incorporar evaluaciones formativas regulares que permitan monitorear el restablecimiento de los estudiantes en el crecimiento del enjuiciamiento crítico. La retroalimentación constructiva es primordial para identificar áreas de ganancia y endurecer las habilidades de resolución de problemas de práctica continua.

Referencias

- Almeida, E. (2023). Desarrollo de consciencia y altruismo de los deportistas a través de un ejercicio de entrenamiento con variaciones alterativas. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/56490>
- Barbosa, O. (2024). *Estudio del desarrollo humano para la inclusión social mediante el baloncesto en silla de ruedas*. Obtenido de Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/62553>
- Benzanilla, M., & Poblete, M. (2018). El Pensamiento Crítico desde la Perspectiva de los Docentes Universitarios. *Estudios pedagógicos 44(1)*, 89-113. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/estped/v44n1/0718-0705-estped-44-01-00089.pdf>
- Leonardo, T. (2012). Variación alterativa de los tipos de lanzamiento a canasta: Practicando y aprendiendo diferentes formas de encestar. *Revista Digital*. Buenos Aires - Año 17 - N° 169. <https://www.efdeportes.com/efd169/el-lanzamiento-en-baloncesto-factor-tecnico>
- Quintero, P. (2024). *Uso de metodologías activas para el desarrollo de pensamiento crítico*. Obtenido de Universidad Rey Juan Carlos: <https://hdl.handle.net/10115/35141>
- Peiró, S., & Bernal-Delgado, E. (2012). Variaciones en la práctica médica: apoyando la hipótesis nula en tiempos revueltos. *Revista Española de Salud pública*, 86(3), 213-217. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17023106001>
- Pulido, S. G. (2023). Variación alterativa de los tipos de pases en el baloncesto: El juego de los diez pases en el Club Centauros de Facatativá. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/56337>

Roca, G. (2019). *Transformación educativa*. Obtenido de La Vanguardia:

<https://www.lavanguardia.com/economia/management/20190416/461605662424/educacion-universidad.html>

Silva, J., & Maturana, D. (2018). Una propuesta de modelo para introducir metodologías activas en educación superior. *Innovación educativa vol.17 no.73*, 117-131. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6070623.pdf>