

Pase 10 modificado: una práctica corporal inclusiva para el desarrollo del sujeto

Jenny Esperanza Luna Salcedo

Ricardo Duarte Bajana

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Gestión deportiva

2024

Resumen

El objetivo de la investigación fue evaluar una práctica corporal alterativa del baloncesto en grupos etarios mixtos, con el fin de transformar la concepción y enseñanza del baloncesto, alejándose de paradigmas tradicionales y enfocándolo en una práctica cultural compleja y significativa a nivel físico, emocional, y cognitivo. La investigación definió gustos y preferencias de los sujetos según la edad de estudio. Se desarrolló sobre una muestra de 20 jugadores del barrio Los Naranjos, de estrato 1 del municipio de Yopal, departamento de Casanare. Posteriormente, se valoró cualitativa y descriptivamente el tipo de respuesta de la muestra estudiada inmediatamente después del desarrollo de la actividad a través de preguntas como indicador de valoración de la actividad; así mismo, la participación de los sujetos se tuvo en cuenta para el análisis de la práctica social. El trabajo diagnostica la existencia de diferencias constructivas que acepta evidenciar que, con el principio de practica corporal, se promociona el desarrollo integral e inclusivo de los sujetos.

Palabras clave: sujetos, desarrollo integral, práctica deportiva alterativa

Abstract

The objective of the research was to evaluate an alternative corporal practice of basketball in mixed age groups, to transform the conception and teaching of basketball, moving away from traditional paradigms and focusing it on a complex and meaningful cultural practice at a physical, emotional and cognitive. The research defined tastes and preferences of the subjects according to the age of the study. It was developed on a sample of 20 players from the Los Naranjos neighborhood, stratum 1 of the municipality of Yopal, department of Casanare. Subsequently, the type of response of the sample studied immediately after the development of the activity was qualitatively and descriptively evaluated through questions as an indicator of the valuation of the activity; likewise, the participation of the subjects was considered for the analysis of the social practice. The work diagnoses the existence of constructive differences that allow us to demonstrate that, with the principle of corporal practice, the integral and inclusive development of the subjects is promoted.

Keywords: subjects, comprehensive development, alternative sports practice.

Tabla de Contenido

Introducción	5
Justificación	9
Objetivo.....	11
Objetivo general.....	11
Objetivos específicos.....	11
Metodología	12
Propuesta de actividad físico. recreativa.....	12
Instrumentos.....	14
Resultados	16
Conclusiones	18
Referencias bibliográficas.....	22

Introducción

En la posmodernidad, las prácticas corporales implican las ideas de cultura, educación física y desarrollo humano. En la actualidad, las prácticas corporales se ven alternativamente afectadas por la globalización y el mercado, por un lado y las instituciones sociales, por otro, al atraer “el cuerpo y la belleza”, el consumo y “federalismo humano”. En consecuencia, debe considerarse la necesidad de una forma crítica y reflexiva sobre la función pedagógica del cuerpo en la sociedad, creando una extensión de responsabilidad que pueda reconocer los niveles de significación dados; es por eso, porque esta razón dada, en la actualidad, los profesionales de la educación física desafían los problemas epistemológicos y prácticos, que unifican las perspectivas científicas, humanistas y pedagógicas. De acuerdo con lo mencionado anteriormente, es vital adquirir destrezas a través del enfoque hacia el desarrollo humano integral y sostenible, esto, haciéndolo a través de un mayor compromiso con las prácticas corporales inclusivas y significativas.

En ese sentido, es importante tener en cuenta que Los Objetivos del Desarrollo Sostenible – ODS, de la Agenda Mundial 2030 (CEPAL, Mayo de 2016), adoptados por las Naciones Unidas – ONU en el 2015, al respecto los ODS proponen “vencer la pobreza, proteger al planeta y garantizar que todas las personas en el mundo gocen de paz y prosperidad” (Naciones Unidas, n.d). En los últimos años, se ha reconocido la influencia del deporte para contribuir al desarrollo social y personal de las personas, además de su importancia para mejorar la salud, tanto física como mental, en la educación, a través del fomento de la disciplina y los valores como el respeto y la solidaridad; también, favorece la protección del medio ambiente porque permite crear entornos seguros, y promueve la disminución de la desigualdad, favorece la construcción de nuevas culturas y fomenta la no violencia.

Es así como, para abordar el objetivo del presente trabajo, es preciso comprender lo que propone la Organización de las Naciones Unidas -ONU a través de la Agenda 2030 para un desarrollo integral de las personas; desde el ámbito físico, emocional, social y cognitivo a lo largo de la vida. En ese sentido, son muchas las medidas planteadas en dicha agenda a través de sus Objetivos de Desarrollo Sostenible – ODS, como la disminución del hambre, la pobreza, la desigualdad, el cambio climático y la paz, desde una perspectiva sostenible y transformadora.

Ahora, la organización Mundial de la salud – OMS junto con la UNESCO reconocen la importancia del deporte para mejorar el bienestar y calidad de vida de las personas, destacando la importancia para la inclusión, la igualdad y el aprendizaje, a través del fomento de valores, como la capacidad de adaptación, liderazgo, cooperación.

No obstante, La Educación Física ha estado influenciada por un paradigma positivista que naturaliza el cuerpo como un organismo biológico universal. Esto ha llevado a una enseñanza basada en habilidades técnicas universales y etapas evolutivas, dejando de lado las especificidades culturales y contextuales del ser humano.

Entre diferentes deportes, el baloncesto es considerado como una práctica corporal, cuya enseñanza y análisis se puede redefinir más allá del aprendizaje motor tradicional. Si bien, el baloncesto es una actividad física, también es importante resaltarlo como una práctica histórica y política que moldea al cuerpo en relación con normas sociales y biopolíticas.

Es por lo anterior que es necesario interpretar el baloncesto como una práctica corporal con una "lógica interna" compuesta por reglas, objetivos y acciones que generan dinámicas específicas. Este enfoque permite superar la enseñanza fragmentada y técnica, centrada únicamente en gestos técnicos ideales y en su lugar, abordar el baloncesto desde una perspectiva que considere la práctica como un conjunto de interacciones sociales y significados culturales.

Es de conformidad con lo anterior, que el presente estudio, propone una práctica deportiva alterativa del baloncesto, la cual busca transformar la concepción y enseñanza del baloncesto, alejándose de paradigmas tradicionales y adoptando una visión crítica que lo sitúe como una práctica cultural compleja y significativa a nivel físico, emocional, y cognitivo.

El Pase 10 Modificado, busca identificar cómo su metodología aporta para el desarrollo integral del sujeto, a través de la inclusión e interacción de los participantes, alejando a la iniciativa de la práctica convencional de los deportes que persiguen una meta en común, y en su lugar, sometiendo a los sujetos a la medicalización de los cuerpos bajo la influencia de la biopolítica, tal como lo afirma (Benavides, 2014)

La construcción del sujeto a través de las practicas corporales y en especial, por el juego del pase 10 del baloncesto, se logra a partir del desarrollo de habilidades colectivas e interacción con los demás; las variantes de este juego integra varios factores sociales importantes como la inclusión y el respeto por las diferencias, de ahí su importancia para permitir el desarrollo integral de los individuos, desde lo físico, emocional, cognitivo y social; entre otros aspectos comportamentales, dirigidos hacia los demás, como la tolerancia, resolución de conflictos y la empatía.

En el contexto expuesto anteriormente, los autores (García Viviana, Calero Morales, Chávez, & Bañol Pérez, 2015) plantean en su estudio con niños, que idear y sugerir acciones que satisfagan los gustos o preferencias de los jugadores, es necesario para que puedan participar de una forma activa y colaborativa; a su vez, señalan que las actividades físico-recreativas en el ámbito comunitario, deben incluir diversas formas organizadas de participación para la búsqueda equilibrada en el uso educativo, activo y creativo del tiempo libre de los niños y niñas”.

Con fundamento en el contexto anterior, la propuesta del juego *pase 10 modificado del baloncesto*, permite como primera medida, la creación de equipos mixtos, de población diversa, en edad, raza, etnia, cultura, condición física, entre otras, que garantiza la educación inclusiva y equitativa favoreciendo oportunidades de aprendizaje (ODS 4), de igual forma permite y favorece la igualdad de género (ODS 5), imponiendo un reto a los roles de género que comúnmente se establecen, demostrando que la participación de hombres y mujeres contribuyen de manera equitativa a las prácticas deportivas. Como segunda medida el juego también permite incorporar sillas, lo que favorece un espacio de inclusión y de igualdad, que permite reforzar el conocimiento sobre el respeto por la diversidad, reforzando valores como la empatía y el cooperativismo. No cabe duda de que cualquier práctica corporal brinda bienestar y salud trayendo consigo beneficios físico-emocionales incalculables, asegurando una vida saludable e incentivando el bienestar de todos sin importar su edad (ODS 3), por último, proporcionando comunidades inclusivas y pacíficas, como base para el desarrollo sostenible.

Justificación

La relación que existe entre la variación y los objetivos de desarrollo sostenible son varios, sin duda el primero es que permite la inclusión social, con el fin de disminuir las desigualdades y la discriminación; esta propuesta permite disminuir las brechas de género, etnia, condición social, racial, entre otras, lo que enseña a los jugadores a respetar las diferencias, a entender que todos tienen las mismas posibilidades y oportunidades de participación, fomentando la tolerancia.

Otra de las relaciones es que la actividad permite fortalecer la colaboración y el trabajo en equipo, enseñando a los jugadores, como resolver conflictos, crear estrategias para lograr un objetivo, entender y comprender la importancia de desarrollar una comunicación efectiva y asertiva, que permita y conlleve a la resolución de problemas, sin emplear la violencia física o verbal, aumenta la empatía en los participantes, al trabajar sentados permite que los jugadores experimenten la superación, el esfuerzo, hacer que los participantes vivan desde la perspectiva del otro, de igual forma, enseñarles a como interactuar con los demás y vencer la frustración.

Otra de las relaciones entre los Objetivos de Desarrollo Sostenible - ODS y la actividad alterativa es los beneficios es la salud, tanto física como mental, sin duda alguna, son muchos los beneficios físicos en las personas, pero es importante resaltar la salud mental, el solo hecho de socializar e interactuar de manera positiva con los demás acarrea una serie de beneficios mentales, disminuir la ansiedad y la depresión, el aprovechamiento del tiempo libre, crear ambientes de diversión y sano esparcimiento genera el goce y la felicidad en los participantes, mejora el autoestima, el solo hecho de sentirse perteneciente a algo y ser valorado refuerza la confianza, además de fortalecer el pensamiento estratégico y la toma de decisiones.

Por último, como un efecto secundario a la actividad principal, es que se genera un sentido de pertenencia por los espacios compartidos, lo que trae como consecuencia, la limpieza y protección de los espacios u escenarios deportivos, el mantenerlos limpios y seguros para su uso, donde se pueden generar propuestas de embellecimiento utilizando material reciclaje, por ejemplo, limpiar los escenarios después del partido, crear sestas de basura a partir de llantas, o sillas alrededor del escenario, entre otros, también el mantener ocupados los escenarios deportivos, hace que no haya personas consumiendo drogas, cigarrillos y alcohol contribuyendo a espacios seguros.

Objetivos

Objetivo General

Evaluar una práctica corporal alterativa del baloncesto en grupos etarios mixtos, con el fin de transformar la concepción y enseñanza del baloncesto, alejándose de paradigmas tradicionales y enfocándolo en una práctica cultural compleja y significativa a nivel físico, emocional, y cognitivo.

Objetivos Específicos

Estimar el impacto que se logra en las dimensiones físicas, emocionales y cognitivas con el juego del pase 10 modificado.

Determinar como se da la inclusión e igualdad desde el enfoque de las Naciones Unidas, con la conformación de grupos etarios y mixtos.

Evaluar la percepción de los participantes, desde la interacción con los demás y basado en las sensaciones que experimentan durante el desarrollo de la estrategia.

Analizar las transformaciones que pueden incidir para una nueva concepción del baloncesto como práctica cultural.

Metodología

El diseño del presente estudio se basa en un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo observacional directo, favoreciendo contemplar las circunstancias o situaciones que se dan en el entorno de la práctica alterativa propuesta, además, para poder analizar y describir las interacciones sociales que se forjan a través del juego inclusivo en un escenario tangible, para el desarrollo integral de los jugadores desde el enfoque enunciado en los Objetivos de Desarrollo Sostenible – ODS.

Propuesta de Actividad físico – recreativa

El juego alterativo del pase 10 modificado del baloncesto, al ser una práctica inclusiva, permite la creación de equipos mixtos, la participación de población heterogénea, es decir desde niños pequeños hasta adultos mayores y de población diversa, en edad, raza, etnia, cultura, condición física y orientación sexual, además, se incluyen sillas para crear la posibilidad, de participación de personas con limitaciones físicas.

El juego se desarrolla en una cancha de baloncesto, del barrio Los Naranjos en el municipio de Yopal. Los habitantes de este sector pertenecen a los estratos socioeconómicos 1 principalmente. En cuanto a la percepción de seguridad por parte de sus pobladores es baja. La ocupación de la cancha se da por consumidores de estupefacientes o fumadores, principalmente en horas de la noche, sin embargo, se realizan actividades físicas con la comunidad, que permite la apropiación y uso adecuado del espacio. Al respecto, con este grupo de personas y con la participación del presidente de la junta de acción comunal, se socializó la propuesta deportiva, de tal forma poder dar ejecución a la actividad. Inicialmente se unieron 10 adultos, en su mayoría mujeres, al iniciar con el juego, se fueron vinculando niños y hombres a la actividad. Las

prácticas se llevaron a cabo durante 10 días, al finalizar las acciones, en total participaron 20 jugadores, 7 niños entre los 6 a los 14 años, 4 del sexo masculino y 3 del sexo femenino. 3 hombres entre los 26 a 60 años, un adulto mayor varón y 9 mujeres entre los 26 a 60 años; hubo la participación de una niña y su madre de descendencia afrocolombiana y una venezolana. Por último, es de mencionar que no hubo participación de personas con alguna limitación física. La dinámica del juego consiste en, conformar dos equipos mixtos y sólo se utilizará la mitad de una cancha de baloncesto, se ubican dos sillas en área de lanzamiento, (cerca al aro), y otras dos sillas fuera del área mencionada, los jugadores de un mismo equipo, deben pasarse balón o realizar pases, durante 10 veces consecutivas, sin rebotar o dejar caer el balón, el equipo contrario evitará que se realicen los pases, sin entrar en contacto con su oponente, si el contrincante logra interferir en el pase, iniciara el proceso de pases. El equipo que logre los 10 pases continuos tiene la posibilidad de encestar y anotar un punto. Ganará el equipo que logre realizar más puntos en un tiempo determinado. Aunque existen reglas de juego, se brinda la posibilidad a los jugadores que propongan nuevas reglas o realicen modificaciones a las establecidas, sin embargo, una regla importante dentro de la actividad propuesta, es que todos los participantes deben pasar o rotar por las sillas, las 4 sillas deben estar ocupadas durante el juego por el equipo correspondiente, una vez el jugador que está en la silla y realice el pase, este se puede pararse y así otro jugador deberá ocupar su lugar, este deberá esperar sentado hasta cuando le lancen el balón nuevamente, para poderse levantar; la pelota no se puede devolver al jugador que realizo el pase y por último, el pase número 10, debe realizarse a zona de lanzamiento a una de las dos sillas que hay en el área de lanzamiento, las cuales deben estar ocupadas, de no ser así, se pierde la oportunidad de lanzar y anotar un punto, el jugador que está en la silla para encestar, debe lanzar sentado sin importan como realice el lanzamiento, es decir puede emplear una o dos

manos, a su vez otro compañero, estará atento en la misma área, por si falla el lanzamiento, éste pueda recuperar el balón y lanzar para lograr el objetivo. Cabe resaltar, que no podrá haber ningún otro jugador que impida el lanzamiento. Es de destacar, que los participantes deben decir en voz alta el conteo de los pases y, por último, es que no hay juez, ellos mismos son los jueces.

Instrumentos

Los instrumentos empleados y como fuentes primarias de recolección de datos fueron en primer lugar, los diarios de campo, para recolectar las experiencias y situaciones en cada práctica. En este punto se realizó inicialmente una sesión, sin la incorporación de sillas y participación de adultos de ambos sexos, para evaluar comportamientos individuales, basados en diversos criterios psicosociales, capacidad de interacción y habilidades sociales, actitudes y valores. Se hace una segunda práctica, donde se incorpora las sillas y demás población, como los niños; se evalúan los criterios sobre adaptación y capacidad de interacción. En segundo lugar, se realizaron videos y se realizaron registros fotográficos, en cada sesión realizada, que favoreció el registro y evaluación de comportamientos individuales y sus interacciones, a la vez brinda información sobre el entorno. Como tercera instancia, están las encuestas escritas, con preguntas que permitieran evaluar, aspectos psicosociales, físicos y comunitarios, además de, recopilar datos demográficos como, edad, sexo, condición física, etnia, país de nacimiento, cuántas veces participó de la actividad, en además de cómo calificaría la actividad, según su grado de vivencia, por ejemplo, muy mala a excelente, y finalmente se incluye la percepción de inclusión. Desde la dimensión social, las preguntas fueron orientadas a medir el impacto social, a partir de relaciones con los demás, si conoció más personas gracias al juego, aumento de la interacción con personas de su comunidad, si evidenció o no trabajo en equipo o la actividad incide para disminuir conflictos entre vecinos. En cuanto a lo emocional, la encuesta busca extraer información acerca

de los estados de ánimo mientras jugó, enojo, impotencia, frustración, felicidad o tranquilidad y si logra desarrollar habilidades de comunicación y de trabajo colaborativo, esta sección finaliza con preguntarle si le gustaría o no volver a participar en una actividad similar. La última sección abarca preguntas a nivel comunitario, enfocadas a evaluar si considera que se recuperan espacios con impacto positivo para la comunidad, si propondría la actividad para otro entorno, educativo, laboral o familiar, y por último, después de la práctica final, se realizaron preguntas directas a los participantes, para analizar las diferentes perspectivas de acuerdo con la experiencia individual y colectiva vivida durante el desarrollo de la propuesta, de tal forma, profundizar en el análisis de las respuestas de la encuesta y el diario de campo, también permitirles realizar comentarios abiertos sobre el juego, favorece aunar en el impacto que se logra con la dinámica.

Resultados

Los resultados obtenidos a través de los instrumentos aplicados para el estudio, de práctica corporal inclusiva expuesta en el presente texto para el desarrollo humano de manera integral son diversos. Teniendo en cuenta los criterios utilizados para su análisis, se hace un estudio comparativo entre los hallazgos de las encuestas, las guías de observación y los videos que se realizaron en cada práctica. Entonces, desde el aspecto emocional, inicialmente varios de los participantes manifestaron la sensación de frustración, al no poder moverse y experimentar la marginación al sentirse ignorados por sus compañeros. A su vez, la frustración la perciben los jugadores, se experimenta cuando el compañero dejaba perder el balón, por falta de destrezas físicas o en el caso de los niños, por su contextura física no lograban concretar la jugada, generaba en ciertos sujetos impotencia, enojo y/o frustración y aunque algunos gestionaban más fácilmente sus emociones debido a su nivel etario; aun así, se pudieron observar algunas expresiones o gestos corporales negativos, los cuales de hecho, fueron más evidentes en los adultos que en los niños. De lo anterior se destaca que finalmente se infiere en los asistentes, la aprehensión de valores como la empatía, el respeto y la tolerancia por las diferencias. Por lo tanto, favorece la creación de nuevas identidades y sujetos sociales, con sentido de igualdad, respeto y colaboración. También se desarrollan habilidades de comunicación. En la práctica inicial, la comunicación no fue asertiva ni motivacional, al ir avanzando en la práctica la comunicación fue más efectiva y entusiasta, lo que incremento el trabajo en equipo, comenzando a relacionarse e integrarse, de una manera más adecuada, muchos de los participantes adultos, no conocían el nombre de sus compañeros e incluso de vecinos, a pesar de que participan frecuentemente de la misma actividad, El desarrollo de habilidades comunicativas, apporto para el desarrollo coordinativo, a través, de la creación de estrategias y de escuchar al compañero y así

mismo permitía ejercer roles de liderazgo en cada uno de los jugadores, aumentaron la capacidad para gestionar y resolver conflictos y de adaptación a las reglas.

Por otra parte, en el aspecto físico, se evidencia en la mejoría en habilidades de movimiento, coordinación, agilidad, resistencia cardiorrespiratoria, gracias a esa variabilidad de estar sentados y de pie; sin embargo, cabe destacar y siguiendo con el razonamiento de desarrollo integral, al tener que lanzar desde la silla, se acrecentaron nuevas formas de movimiento y de adaptación, de la misma manera, desde la dimensión emocional, se contempla, la satisfacción entusiasmo y alegría y empatía, al terminar cada juego.

Avanzando en el tema, desde lo colectivo, la apropiación de la cancha de baloncesto, aumento la percepción de seguridad y despojó al espacio de consumidores de sustancias psicoactivas, por otro lado, la participación del presidente de la junta de acción comunal refuerza la idea de ocupar estos espacios a largo plazo, fomentando el aprovechamiento del tiempo libre en la comunidad. Otro aspecto de mejora es, al ser una actividad mixta e intergeneracional, amplía la educación mutua y los lazos de unión social.

Conclusiones

En resumen, los hallazgos obtenidos con la práctica corporal inclusiva realizada, plantea un desarrollo integral de la población, abarcando desde aspectos físicos, donde se adoptan y desarrollan diversas habilidades como la velocidad y resistencia física al esfuerzo y habilidades motrices, además, de los innumerables beneficios para la salud.

Reconociendo que situarse en la evaluación de varios ejes permite reconocer el tipo de respuesta derivada de la actividad desarrollada para organizar su comprensión y desde allí interpretar, como se forma o se da la construcción del individuo a través de su vínculo con el cuerpo. Gómez y Cifuentes (2007), resaltan que, las prácticas corporales además de promover destrezas físicas también estructuran identidades colectivas y sociales, favoreciendo valores como el respeto y la tolerancia. Es así, como producto de este trabajo, al proponer una práctica corporal inclusiva en el baloncesto, se brinde una herramienta para el desarrollo integral humano, y situarse en un escenario real bajo el enfoque de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Realizando no solo lo físico, si no los demás aspectos que se dan en lo social, cultural, cognitivo y emocional dando una respuesta a los problemas en la actualidad por la falta de adherencia social y la desigualdad.

Desde el aspecto socio emocional este ejercicio aportó para cambios comportamentales mejorando la relación entre los habitantes del sector, creando y fortaleciendo lazos de amistad, empoderamiento por los espacios deportivos y recreativos, valorando su uso e importancia que genera la ocupación de estos espacios, ya que permite crear una sensación de seguridad con entornos libres de violencia. Por lo anterior, se forja la educación inclusiva, a través de la unión comunitaria y el aprendizaje mutuo, dada por la interacción intergeneracional, favoreciendo, la , cooperación y el entendimiento, forjando nuevas identidades sociales y colectivas. También, las

dinámicas de grupo aportan a la construcción de valores como la solidaridad, el trabajo equipo, y amplía la capacidad para subsanar conflictos.

Entre otros aspectos, las variaciones realizadas a la actividad permitieron analizar y evaluar cómo se desarrolla la construcción del sujetos desde varios aspectos, primero, la educación inclusiva y equitativa favorece y aumenta las oportunidades de aprendizaje según así lo determina el Objetivo de desarrollo sostenible - ODS 4, de igual forma, concede y favorece la igualdad de género - ODS 5, imponiendo un reto a los roles de género, que se han establecido socialmente, demostrando que la participación de hombres y mujeres por igual, contribuyen de manera equitativa a las prácticas deportivas. Además, otra variación de inclusión fue la de incorporar sillas, lo que generó un espacio para la equidad y la igualdad, ayudando a reforzar el conocimiento sobre el respeto por la diversidad y las diferencias, reforzando valores como la empatía y el cooperativismo. Lo que corrobora lo concluido por (Daiuto, 1999) quien considera al sujeto, como un educando, es decir el “*candidato para el aprendizaje*”, el cual, según límites de edad, necesidades e intereses desde el punto de vista físico, intelectual, emocional y social, actúa en función de sus atributos. Estos “*comportamientos de los jugadores en diferentes etapas*” delimitan temporalmente tales características dando lugar a una integralidad del sujeto que se sustenta en una naturaleza que lo determina. Para esto, el autor señala la necesidad de implementar actividades recomendadas que definan “*Que debemos enseñar y Cuando*”. En este caso lo que se quería enseñar era el baloncesto como una práctica corporal físico deportiva como un espacio recreativo que permite la integralidad e inclusión, más que un deporte de práctica y tecnicismo.

Además, Gómez & Cifuentes 2007, manifiestan que los resultados dan lugar a la afirmación de quienes manifiestan que:

En la práctica se tejen sentimientos, emociones, deseos, motivaciones, imaginarios, todos componentes psicosociales de la imagen de sí, materializados en el cuerpo y sus posibilidades, pero que cada práctica favorece de modo diferencial el reconocimiento consciente del modo en que todos estos elementos participan en la construcción de sí mismo (p.11).

No cabe duda, que cualquier práctica corporal, brinda beneficios físico-mentales incalculables, mejora habilidades motoras, aumenta la capacidad cardio respiratoria, aumenta la resistencia y fuerza muscular, la agilidad, coordinación y equilibrio, la aptitud física, contribuye a mejorar la depresión y la ansiedad ya que coadyuva a manejar el estrés, garantizando una vida sana y promoviendo el bienestar para todos en todas las edades según así lo afirma el Objetivo de Desarrollo Sostenible - ODS 3.

Finalmente, la recreación, la actividad física y el deporte, constituyen el desarrollo de comunidades inclusivas y pacíficas (ODS 16), a través de la creación de vínculos entre las personas de una comunidad, aumentando las interacciones sociales y concediendo el empoderamiento de sus habitantes por el entorno, al realizar este tipo de estrategias deja crear espacios más seguros, al mantener ocupados los entornos deportivos, hay menos probabilidades en que se conviertan en espacios propicios para la delincuencia, a consecuencia a que disminuye la probabilidad de venta y consumo de sustancias psicoactivas. Entre otros aspectos, se observó que los participantes se preocuparon por mantener el escenario de la actividad limpio, lo generando estrategias sostenibles y amigables con el medio ambiente, como, por ejemplo, crear cestas para la recolección de basuras a partir de materiales reciclables, reforzando el sentido comunitario.

Finalmente, el objetivo del presente trabajo cumple con brindar herramientas transformadoras, apartándose de la enseñanza técnica convencional e impulsando el aprendizaje desde la interacción social y la transformación cultural, a través de la innovación y la incorporación de actividades, con propuestas que tengan en cuenta las características de las poblaciones o personas y sus intereses individuales y colectivos.

Referencias Bibliográficas

- Benavides, A. A. (2014). *Cuerpo y Práctica: Abordaje de sus relaciones desde el Basquetbol. VIII Jornadas de Sociología de la UNLP*, 17.
- CEPAL. (Mayo de 2016). *Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe*. Santiago: Naciones unidas.
- Daiuto, M. (1999). *Básquetbol: Metodología de la enseñanza*. Buenos Aires: Stadium.
- García Viviana, V., Calero Morales, S., Chávez, C. E., & Bañol Pérez, C. (2015). IMPACT AND DESIGN FOR PHYSICAL AND RECREATIONAL ACTIVITIES MOTOR DEVELOPMENT IN CHILDREN 8-10 YEARS. *Investigación, Tecnología e investigación.*, 14.
- Gómez, J. A., & Cifuentes, S. A. (2007). *Prácticas Corporales y Construcción del Sujeto. Hallazgos- Investigaciones Financiadas. Universidad Santo Tomás*, 22.