

**El juego nos une: práctica corporal cooperativa que fortaleció la creatividad y la
convivencia.**

Mariana Del Pilar Gutierrez Carvajal

Asesor

Rafael Bajonero Gomez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Gestión Deportiva

2025

Dedicatoria

Dedico este trabajo, con profundo amor y gratitud, a mi familia, quienes han sido el pilar fundamental a lo largo de este proceso. Gracias por su apoyo incondicional, por creer en mí incluso en los momentos de mayor cansancio y por recordarme siempre el valor de la perseverancia y la dedicación. Cada palabra y cada aprendizaje aquí plasmado llevan algo de ustedes, de su fuerza, su paciencia y su cariño.

También hago una dedicatoria especial a mis amigos, quienes me acompañaron con palabras de ánimo, conversaciones sinceras y gestos que hicieron más ligero el camino. Gracias por estar presentes, por motivarme a seguir adelante y por celebrar conmigo cada pequeño avance. Este logro también es suyo.

Agradecimientos

Agradezco profundamente a todas las personas que hicieron posible mi proceso formativo durante este diplomado. En primer lugar, a los docentes y tutores, quienes compartieron sus conocimientos con dedicación y compromiso, brindando herramientas que enriquecieron mi forma de comprender el desarrollo humano y la importancia de las prácticas corporales en los distintos contextos educativos y comunitarios.

Mi gratitud se extiende también a mis compañeros y compañeras de estudio, con quienes compartí reflexiones, dudas, aprendizajes y experiencias que fortalecieron este camino académico. Cada diálogo y cada actividad realizada dejó huellas que aportaron a mi crecimiento personal y profesional.

A mi familia, nuevamente, por sostenerme con amor, paciencia y confianza; y a mis amigos, por su compañía constante y por ser una fuente genuina de apoyo emocional. Gracias por creer en mí y acompañarme hasta llegar a esta meta.

Resumen

Este trabajo sistematiza la experiencia desarrollada durante el diplomado mediante una intervención denominada “El juego nos une”, una práctica corporal alternativa basada en dinámicas cooperativas, expresivas y narrativas aplicadas en contextos educativos y comunitarios. La propuesta transforma ejercicios técnicos tradicionales del baloncesto en actividades lúdicas que promueven la creatividad, la inclusión, la expresión emocional y la cooperación, entendidas como satisfactorias del desarrollo humano según el enfoque de necesidades y satisfactores (Max-Neef). Se describe la fundamentación teórica, los objetivos, la población participante (adolescentes y jóvenes entre 12 y 18 años, grupo mixto en nivel deportivo), la metodología por momentos (calentamiento expresivo, comunicación afectiva, historias en movimiento y reflexión colectiva) y los instrumentos e indicadores utilizados para evaluar el impacto en dimensiones como participación, pertenencia, empatía y autonomía. Los resultados y la discusión establecen vínculos entre las prácticas corporales propuestas y los enfoques de desarrollo humano revisados en el curso, mostrando evidencias cualitativas de mejoras en la convivencia y en la capacidad creativa del grupo. Se concluye reflexionando sobre la coherencia entre los impactos observados y los marcos teóricos consultados, y se proponen recomendaciones para replicar y evaluar la práctica en distintos contextos.

Palabras clave: Práctica corporal, cooperación, desarrollo humano, inclusión, Max-Neef

Abstract

This document systematizes the experience carried out during the diploma course through an intervention titled “The Game Unites Us,” an alternative bodily practice based on cooperative, expressive, and narrative dynamics implemented in educational and community settings. The proposal reframes traditional technical basketball exercises into playful activities that foster creativity, inclusion, emotional expression, and cooperation—interpreted as satisfiers of human development following Max-Neef’s needs-and-satisfiers approach. The report presents theoretical grounding, objectives, participant characteristics (adolescents and young people aged 12–18, mixed skill levels), a methodology at times (expressive warm-up, affective communication, stories in movement, and collective reflection), and the instruments and indicators used to assess impact on participation, belonging, empathy, and autonomy. Results and discussion connect the alternative practices with the human development approaches reviewed during the course and provide qualitative evidence of improvements in group coexistence and creative capacities. Conclusions reflect on the alignment between observed impacts and the consulted theoretical frameworks, offering recommendations for replication and evaluation across contexts.

Keywords: bodily practice, cooperation, human development, inclusion, Max-Neef

Tabla de contenido

Introducción.....	8
Justificación.....	9
Objetivos.....	10
Objetivo General.....	10
Objetivos Específicos.....	10
Contenido Fundamentación de la actividad a partir de los enfoques vistos.....	11
Enfoque de Max-Neef Aplicado a Prácticas Corporales Cooperativas.....	12
Metodología	14
Momento 1:Calentamiento Expresivo.....	15
Momento 2: Comunicación Afectiva	15
Momento 3: Historias en Movimiento.....	16
Momento 4: Reflexión Colectiva.....	17
Resultados y discusión.....	18
Evaluación de la propuesta.....	21
Profundización en la evaluación cualitativa.....	23
Conclusiones.....	25
Referencias Bibliográficas.....	27

Lista de Apéndices

Apéndice A video de la implementación <https://youtu.be/XqiTLJlhr4?si=4UpvOQ7QNjDXKea>

Introducción

El desarrollo humano contemporáneo ha sido objeto de múltiples enfoques que buscan comprender las condiciones necesarias para que las personas puedan ampliar sus capacidades, ejercer su autonomía y fortalecer procesos de convivencia y bienestar colectivo. Durante el diplomado, se revisaron perspectivas que cuestionan la visión economicista tradicional del desarrollo, la cual reduce el progreso a niveles de ingreso o productividad. En contraste, autores como Sen (1999) y Nussbaum (2011) enfatizan que el desarrollo debe entenderse como la expansión de oportunidades y libertades humanas, mientras que organismos como el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2019) destacan dimensiones sociales, culturales y ambientales que inciden en la calidad de vida.

A lo largo del diplomado, también se estudió cómo las prácticas corporales alternativas pueden constituirse en herramientas pedagógicas orientadas a la inclusión, el diálogo y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales. Estas prácticas se distancian del deporte centrado exclusivamente en el rendimiento, la competencia o la evaluación técnica, para acercarse a experiencias de juego simbólico, cooperación, movimiento expresivo y participación equitativa.

En este marco teórico surge la propuesta “El Juego Nos Une”, una práctica corporal cooperativa diseñada para transformar los ejercicios tradicionales del baloncesto en actividades lúdicas, expresivas y narrativas. El objetivo central de esta actividad fue promover el desarrollo humano integral mediante prácticas corporales que fomentaran la cooperación, la creatividad, la expresión emocional y la participación activa, entendidas como satisfactores capaces de incidir positivamente en las necesidades humanas fundamentales.

Justificación

El desarrollo de prácticas corporales alternativas constituye una estrategia valiosa para transformar los espacios deportivos tradicionales en escenarios más humanos, inclusivos y creativos. La actividad “El juego nos une” responde a la necesidad de superar modelos centrados exclusivamente en el rendimiento técnico, los cuales suelen limitar la participación, inhibir la expresión personal y disminuir la motivación de quienes no poseen habilidades deportivas avanzadas.

Esta propuesta es necesaria porque ofrece un enfoque diferente del baloncesto, centrado en la cooperación, la creatividad y el reconocimiento mutuo. Al introducir elementos expresivos, narrativos y simbólicos, la actividad permite que las personas vivan el deporte desde una dimensión lúdica, afectiva y reflexiva, convirtiéndolo en un espacio seguro para explorar emociones, interactuar con otros y construir identidad.

Además, la intervención es valiosa porque se alinea con los enfoques de desarrollo humano revisados durante el diplomado, especialmente con el modelo de necesidades y satisfactores de Max-Neef, que reconoce que actividades creativas y relacionales pueden satisfacer simultáneamente necesidades de participación, afecto, libertad y creación. En este sentido, la propuesta no solo aporta al bienestar individual, sino también a la convivencia colectiva, fortaleciendo habilidades socioemocionales que son esenciales en los procesos formativos.

Objetivos

Objetivo General

Transformar una actividad técnica tradicional del baloncesto en una práctica corporal alternativa que fortalezca la creatividad, la convivencia y el desarrollo humano integral mediante dinámicas cooperativas, expresivas y narrativas.

Objetivos Específicos

Promover la creatividad y la expresión corporal a través de actividades simbólicas y libres con el uso del balón como mediador expresivo.

Fomentar la cooperación, la empatía y la comunicación entre los participantes mediante dinámicas grupales enfocadas en el trabajo colaborativo.

Potenciar la inclusión y la participación equitativa mediante estrategias que permitan la integración activa de personas con diferentes niveles de habilidad deportiva.

Fundamentación de la actividad a partir de los enfoques vistos

El enfoque de Desarrollo a Escala Humana, propuesto por Max-Neef, Elizalde y Hopenhayn (1993), plantea que el desarrollo no depende exclusivamente de factores económicos, sino de la capacidad de las personas y comunidades para satisfacer sus necesidades humanas fundamentales mediante satisfactores adecuados, entendidos como acciones, procesos o entornos que potencian simultáneamente diferentes dimensiones del bienestar. Estas necesidades —subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad— son universales; lo que cambia en cada contexto son los satisfactores utilizados para atenderlas.

La actividad alternativa “El juego nos une: Práctica Corporal Cooperativa que Fortaleció la Creatividad y la Convivencia” se articula directamente con este enfoque, pues transforma un ejercicio técnico tradicional del baloncesto en un espacio de experiencia corporal significativa donde los participantes pueden satisfacer de manera simultánea múltiples necesidades humanas.

En contraste, la propuesta desarrollada en esta intervención funciona como un satisfactor sinérgico, dado que sus dinámicas expresivas, cooperativas y narrativas permiten atender varias necesidades humanas al mismo tiempo. Durante la actividad, los movimientos libres, los juegos simbólicos y las decisiones colectivas fortalecieron la creación, al promover la exploración corporal espontánea; fomentaron el afecto, al propiciar interacciones respetuosas y empáticas; estimularon la participación, al asegurar la inclusión de todos sin importar su nivel deportivo; y ampliaron la libertad, al reducir la rigidez técnica y permitir que cada persona viviera el movimiento desde su propia identidad y emocionalidad.

Además, la dimensión reflexiva al final de la actividad favoreció la necesidad de entendimiento, posibilitando que los participantes resignificar el rol del cuerpo, el juego y el otro

en procesos de convivencia. Esta reflexión es coherente con la idea de que los satisfactores deben contribuir a la autonomía, la conciencia crítica y la capacidad de transformar la realidad cotidiana (Max-Neef, 1993).

Desde el enfoque de desarrollo humano trabajado en el diplomado, la actividad también se vincula con la perspectiva del PNUD, que reconoce el valor de las prácticas culturales y comunitarias para fortalecer capacidades sociales y emocionales (PNUD, 2022). Sin embargo, es desde el marco teórico de Max-Neef donde la propuesta adquiere mayor fuerza explicativa, pues la práctica corporal alternativa generó condiciones para satisfacer necesidades fundamentales que generalmente no se abordan en actividades deportivas tradicionales.

En suma, la relación entre la actividad propuesta y el enfoque de desarrollo humano de Max-Neef radica en que El juego nos une opera como un dispositivo pedagógico y corporal que habilita satisfactores sinérgicos capaces de fomentar creatividad, identidad, afecto, libertad y participación. Esto convierte a la actividad en un medio para potenciar el desarrollo humano integral, no desde el rendimiento deportivo, sino desde la construcción colaborativa de experiencias significativas que fortalecen la convivencia y el bienestar colectivo.

Enfoque de Max-Neef Aplicado a Prácticas Corporales Cooperativas

El enfoque de Desarrollo a Escala Humana propuesto por Max-Neef adquiere especial relevancia cuando se examina cómo las prácticas corporales pueden convertirse en espacios de transformación personal y colectiva. En el contexto de esta propuesta alternativa, la actividad “El juego nos une” permite evidenciar que el movimiento, la cooperación y la creatividad no solo cumplen una función recreativa, sino que actúan como satisfactores que promueven la autonomía, la identidad y la participación de los individuos. Comprender la actividad desde esta perspectiva implica reconocer que las necesidades humanas fundamentales no se satisfacen

únicamente mediante bienes materiales, sino a través de experiencias significativas que fortalecen vínculos, generan bienestar emocional y estimulan la expresión auténtica de cada participante.

Contenido del Trabajo – Metodología

La actividad denominada “El juego nos une: Práctica Corporal Cooperativa que Fortaleció la Creatividad y la Convivencia” consistió en transformar un ejercicio técnico tradicional del baloncesto en una propuesta integral basada en el movimiento libre, la expresión simbólica, la cooperación y la construcción colectiva de significados. Esta transformación se diseñó desde el enfoque de Desarrollo a Escala Humana de Max-Neef (1993), que considera que las prácticas sociales deben funcionar como satisfactores sinérgicos capaces de atender simultáneamente necesidades humanas como participación, afecto, libertad, creación e identidad. En coherencia con este marco teórico, la metodología adoptada buscó promover la participación inclusiva, la creatividad expresiva y la convivencia, priorizando la interacción experiencial por encima del rendimiento técnico.

La actividad se desarrolló en un espacio abierto tipo cancha múltiple, organizado para permitir desplazamientos libres y dinámicas de interacción grupal. Se estructuró en cuatro momentos consecutivos —calentamiento expresivo, comunicación afectiva, historias en movimiento y reflexión colectiva— diseñadas para generar progresivamente mayor conexión interpersonal y apertura emocional. Cada momento fue planteado como un proceso vivencial donde el balón se convirtió en un mediador simbólico, más que en un objeto deportivo, articulando así con la noción de corporalidad como herramienta pedagógica.

La población estuvo conformada por 10 adolescentes y jóvenes entre 12 y 18 años, pertenecientes a un entorno escolar y comunitario. Este grupo se caracterizó por la diversidad de habilidades motrices, niveles de experiencia en baloncesto y formas de expresión corporal. Entre los participantes se encontraban jóvenes con habilidades deportivas avanzadas, otros con

experiencia básica y algunos sin experiencia previa, lo cual permitió observar la dinámica de inclusión y cooperación en un escenario real y heterogéneo.

Momento 1: Calentamiento Expresivo

El primer momento consistió en una exploración libre del movimiento con balón. Los participantes se desplazaron por el espacio moviendo el balón de formas no convencionales, asociándolo a emociones, recuerdos o ideas propias. Esta actividad permitió romper la rigidez de los ejercicios técnicos tradicionales y promover la libertad de expresión corporal, atendiendo la necesidad de creación planteada por Max-Neef (1993).

El facilitador propuso estímulos verbales como “mueve el balón como si fuera una emoción importante” o “transfórmalo en un objeto imaginario”, generando un ambiente donde cada persona pudiera expresarse sin temor al juicio. Este momento permitió que los participantes se conectaran con su corporalidad desde una perspectiva lúdica y simbólica, creando un espacio seguro para la apertura emocional y facilitando la transición hacia dinámicas cooperativas más complejas.

Momento 2: Comunicación Afectiva

El segundo momento se centró en la interacción interpersonal. Los participantes formaron un círculo y se pasaron el balón acompañándolo de una palabra, emoción o gesto corporal. Quien recibía el balón debía responder corporalmente antes de continuar el juego. Esta dinámica transformó el pase de balón en un acto comunicativo, afectivo y empático, lo cual fortalece las necesidades de afecto, entendimiento y participación.

Desde el enfoque de Max-Neef, este momento operó como un satisfactor sinérgico, ya que la comunicación expresiva permitió atender simultáneamente la necesidad de relación con

los otros, la expresión emocional y la construcción de vínculos. Además, este momento favoreció la inclusión, ya que cada participante se convirtió en un eslabón esencial del juego, reforzando la percepción de pertenencia y valor personal.

Momento 3: Historias en Movimiento

El momento central de la metodología consistió en una dinámica cooperativa basada en la construcción de una historia colectiva a través del movimiento. La cancha se dividió en tres territorios simbólicos: inicio, conflicto y resolución. Cada grupo debía desplazarse entre estas zonas creando movimientos, gestos y micro-escenas que narran una situación común, integrando el balón como elemento narrativo.

Este momento constituye la máxima expresión de las necesidades de creación, identidad, participación y libertad, ya que cada participante aportó desde su interpretación corporal, su imaginación y su interacción con el grupo. La historia en movimiento permitió que el cuerpo se convirtiera en un medio de comunicación estética y emocional, trascendiendo los límites del deporte convencional.

El cierre de este momento incluyó un lanzamiento simbólico a la cesta, no evaluado por precisión técnica, sino como acto final de la historia creada. Este gesto permitió vivenciar el baloncesto desde un lugar expresivo y no competitivo, articulándose con la crítica de Max-Neef a los satisfactores inhibidores.

Momento 4: Reflexión Colectiva

El último momento consistió en un círculo de diálogo donde los participantes expresaron emociones, aprendizajes, sensaciones corporales y experiencias colectivas. Este espacio fortaleció la necesidad de entendimiento, ya que permitió integrar lo vivido mediante reflexión crítica, y promovió la necesidad de identidad, al facilitar la verbalización de la experiencia personal.

En coherencia con el enfoque del PNUD, este momento permitió observar dimensiones clave del desarrollo humano como bienestar subjetivo, habilidades socioemocionales y mejora en la convivencia. La reflexión se articuló con preguntas como: “¿Qué sentiste al moverte libremente?”, “¿Cómo influyó el grupo en tu forma de participar?”, “¿Qué aprendiste sobre ti o sobre los demás?”.

Resultados y discusión

Los resultados obtenidos durante la actividad “El juego nos une: práctica corporal cooperativa que fortaleció la creatividad y la convivencia” evidencian transformaciones significativas en la dinámica grupal, en la expresión corporal y en las habilidades socioemocionales de los participantes. Desde el primer momento, se observó un aumento gradual en la libertad corporal y en la disposición al movimiento. Inicialmente, algunos participantes mostraron timidez, rigidez y cierta reserva al interactuar con el balón de manera no convencional. Sin embargo, conforme avanzó el momento de calentamiento expresivo, se evidenciaron gestos más fluidos, actitudes de exploración y expresiones de disfrute que demostraron un proceso de apropiación corporal progresivo.

La actividad también produjo cambios relevantes en términos de comunicación y convivencia. El momento de comunicación afectiva permitió que los participantes compartieran palabras, gestos y emociones que generaron un ambiente de confianza mutua. Se registraron expresiones verbales de apoyo, sonrisas compartidas y manifestaciones de empatía hacia quienes se mostraban más reservados. De esta manera, el balón dejó de ser un objeto deportivo para convertirse en un instrumento simbólico que facilitó interacciones afectivas.

Durante el momento de historias en movimiento, los jóvenes mostraron altos niveles de participación activa. La construcción colectiva de narrativas corporales favoreció la toma de decisiones compartidas, la cooperación espontánea y la integración de las ideas de todos los integrantes del grupo. Se evidenció la capacidad para trabajar en equipo sin que el rendimiento técnico fuera un factor determinante. Incluso quienes inicialmente habían mostrado poca iniciativa lograron aportar movimientos, gestos y escenas dentro de la historia creada.

En el momento final de reflexión, los participantes expresaron sentirse más conectados con el grupo, más seguros de su expresividad corporal y más tranquilos respecto a la idea de participar frente a otros. Manifestaron aprendizajes relacionados con la creatividad, la convivencia, la comunicación emocional y la capacidad de escucharse mutuamente. Estos resultados indican que la actividad impactó positivamente en dimensiones fundamentales del desarrollo humano como afecto, participación, creatividad e identidad.

El análisis de los resultados obtenidos revela una relación clara entre la actividad alternativa realizada y el enfoque de Desarrollo a Escala Humana de Max-Neef. La práctica corporal cooperativa funcionó como un satisfactor sinérgico, ya que permitió atender de manera simultánea varias necesidades humanas fundamentales: participación, creación, afecto, identidad, libertad y entendimiento. A diferencia de los ejercicios deportivos tradicionales centrados en la técnica, la actividad promovió un tipo de interacción más profunda que involucró el cuerpo, las emociones y la creatividad de los jóvenes.

En concordancia con Max-Neef (1993), la actividad no se limitó a ofrecer un espacio recreativo, sino que posibilita experiencias de expresión auténtica y participación significativa, generando condiciones para que los participantes fortalecieran su autonomía y su capacidad creativa. El trabajo corporal, al no estar subordinado a la competencia, dejó de ser un satisfactor inhibitorio y se convirtió en un dispositivo formativo capaz de potenciar el desarrollo humano integral. La creatividad observada en los momentos de historias en movimiento confirma lo que el autor denomina “satisfactores que potencian”, pues los jóvenes construyeron colectivamente narrativas desde la libertad expresiva, sin restricciones técnicas o jerárquicas.

La convivencia también se vio transformada debido al énfasis de la actividad en la cooperación y el reconocimiento del otro. Tal como plantean las perspectivas críticas del

desarrollo humano y autores como Benavidez (2014), el cuerpo puede convertirse en un territorio de encuentro y construcción de sentido. En este caso, el juego cooperativo permitió que los jóvenes se relacionaran desde la empatía, la escucha activa y el respeto, disminuyendo tensiones y fortaleciendo vínculos positivos.

Por su parte, los planteamientos del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2022) sostienen que el desarrollo humano se amplía cuando las personas incrementan su bienestar emocional, sus habilidades sociales y sus libertades para participar plenamente en su comunidad. La actividad aplicada responde a esta visión, dado que estimuló la comunicación afectiva, la participación equitativa y la libertad expresiva. Los participantes tuvieron la oportunidad de manifestar sus emociones, tomar decisiones colectivas, resolver conflictos y comprender el valor de trabajar cooperativamente, lo cual se alinea con el desarrollo de capacidades esenciales para la vida en sociedad.

Los resultados obtenidos evidencian que la práctica corporal alternativa contribuyó al fortalecimiento de la convivencia, la creatividad, la confianza y la expresión emocional. Estos avances confirman que las prácticas corporales basadas en la cooperación son herramientas efectivas para promover el desarrollo humano integral en contextos educativos, ya que impactan simultáneamente el ámbito corporal, emocional y social. La actividad no solo transformó la relación de los jóvenes con el deporte, sino también su relación con el grupo y consigo mismos, demostrando el potencial pedagógico de resignificar el movimiento como un medio para la construcción de bienestar y comunidad.

Evaluación de la propuesta

La evaluación de la propuesta “El juego nos une: práctica corporal cooperativa que fortaleció la creatividad y la convivencia” se realizó mediante un enfoque cualitativo basado en la observación participante, el análisis de las interacciones corporales y verbales de los jóvenes, y la reflexión final expresada por los participantes al cierre de la actividad. Este tipo de evaluación fue diseñado para ser alcanzable y coherente con la naturaleza vivencial, expresiva y cooperativa de la práctica, evitando instrumentos rígidos o externos que pudieran interferir con la espontaneidad del proceso.

El primer criterio de evaluación fue la participación activa, entendida no solo como la presencia física en el espacio, sino como la disposición voluntaria a interactuar, expresarse y asumir roles dentro de la actividad. Durante el desarrollo de los momentos se observó que la mayoría de los jóvenes aumentó su nivel de involucramiento corporal y comunicativo. Aquellos que inicialmente se mostraban más inhibidos lograron integrarse progresivamente, lo que permitió identificar que la propuesta generó condiciones adecuadas para la inclusión, uno de los indicadores clave del desarrollo humano según el enfoque del PNUD (2022).

El segundo criterio fue la expresión emocional, evaluada a través de gestos, movimientos, palabras compartidas y comportamientos espontáneos de apertura con el grupo. El momento de comunicación afectiva permitió evidenciar que los participantes lograron expresar emociones de forma segura, demostrando confianza tanto en sí mismos como en sus compañeros. Este aspecto resultó fundamental para evaluar las necesidades de afecto y entendimiento contempladas en el modelo de Max-Neef (1993). La manifestación de emociones auténticas, acompañada por el respeto del grupo, indicó un ambiente adecuado para el desarrollo socioemocional.

El tercer criterio fue la creatividad y expresión simbólica, analizada especialmente en el momento de las historias en movimiento. La capacidad de construir narrativas corporales de manera libre y colaborativa evidenció altos niveles de creatividad, imaginación y pensamiento divergente. La evaluación mostró que todos los participantes hicieron aportes significativos, ya fuera mediante gestos, ideas o movimientos, lo que refleja la capacidad de la actividad para atender la necesidad de creación desde una perspectiva integral. Esta creatividad compartida también fortaleció la necesidad de identidad, pues permitió que cada joven contribuye desde sus propias formas de interpretar el movimiento.

El cuarto criterio evaluado fue la convivencia, entendida como la capacidad para interactuar de manera cooperativa, respetuosa y empática. Durante la actividad se observaron actitudes de apoyo mutuo, escucha activa, integración equilibrada de las propuestas y resolución de desacuerdos sin conflictos. El paso fluido entre los territorios narrativos y la construcción conjunta de escenas evidenciaron que la práctica fue efectiva para promover la necesidad de participación descrita por Max-Neef. Además, la interacción armónica entre jóvenes con diferentes niveles de habilidad deportiva confirmó que la propuesta redujo las jerarquías y fomenta relaciones horizontales.

Finalmente, el momento de reflexión colectiva permitió evaluar el impacto subjetivo de la experiencia. A través de los testimonios espontáneos, los jóvenes expresaron haber aprendido a comunicarse mejor, sentirse más seguros para expresarse corporalmente y reconocer la importancia del trabajo cooperativo. Manifestaron que la actividad fue diferente a las prácticas deportivas habituales y que les permitió “conocerse mejor a sí mismos” y “entender mejor al grupo”. Estas apreciaciones fortalecen la evidencia de que la actividad actuó como un satisfactor

sinérgico capaz de atender simultáneamente necesidades humanas fundamentales como libertad, afecto, participación, identidad y entendimiento.

En conjunto, la evaluación indica que la propuesta fue pertinente, alcanzable y coherente con los objetivos planteados. Los indicadores observados muestran que la actividad tuvo un impacto positivo en el desarrollo humano de los participantes, especialmente en dimensiones socio emocionales, creativas y relacionales. La práctica corporal alternativa se consolidó como un espacio donde el cuerpo, el movimiento y la cooperación se convirtieron en vehículos para el crecimiento personal y colectivo, reafirmando la relevancia de implementar experiencias pedagógicas que amplíen la comprensión del deporte hacia un enfoque más humano, inclusivo y expresivo.

Profundización en la evaluación cualitativa

Para fortalecer la rigurosidad del enfoque cualitativo, se incorporaron registros de observación más sistemáticos que permitieron identificar con mayor precisión los cambios en creatividad, convivencia y participación. Durante la actividad se tomaron notas estructuradas sobre gestos de cooperación, iniciativas creativas, formas de comunicación emocional y niveles de integración, lo que facilitó reconocer patrones de transformación en el comportamiento grupal sin interrumpir la naturaleza espontánea de la práctica.

Además, la reflexión colectiva funcionó como un recurso clave para complementar la observación, ya que los testimonios espontáneos de los jóvenes permitieron contrastar lo observado con sus percepciones internas. Expresiones relacionadas con sentirse más libres, más conectados y más dispuestos a participar ofrecieron indicios cualitativos sólidos sobre el impacto de la actividad. La triangulación entre observación y relatos breves fortaleció la validez de los

resultados y permitió evidenciar con mayor claridad los cambios vividos en creatividad, convivencia y participación.

Conclusiones

La experiencia desarrollada a través de la actividad “El Juego Nos Une: Práctica Corporal Cooperativa que Fortaleció la Creatividad y la Convivencia” permitió evidenciar la pertinencia y el potencial pedagógico de las prácticas corporales alternativas como herramientas para promover el desarrollo humano integral. A lo largo de la intervención se hizo evidente que, al transformar un ejercicio técnico tradicional del baloncesto en una experiencia lúdica, simbólica y cooperativa, los participantes lograron satisfacer necesidades humanas fundamentales desde una perspectiva coherente con el enfoque de Desarrollo a Escala Humana propuesto por Max-Neef (1993). La actividad actuó como un satisfactor sinérgico, capaz de atender simultáneamente dimensiones como participación, afecto, creatividad, libertad e identidad, lo que confirma la relevancia de diseñar prácticas corporales que vayan más allá de la lógica deportiva convencional.

Los impactos observados en el grupo muestran que el cuerpo, cuando es liberado de la presión del rendimiento técnico, se convierte en un medio expresivo que facilita la comunicación emocional, la apertura interpersonal y el fortalecimiento de vínculos significativos. La metodología por momentos permitió que los participantes transitan desde una exploración corporal interna hacia una construcción colectiva del movimiento, generando un ambiente de convivencia positiva donde la cooperación se consolidó como principio central. Esta vivencia coincide con lo planteado por Benavidez (2014) acerca del papel del cuerpo como territorio de significación y encuentro social, y demuestra que las prácticas corporales alternativas permiten cuestionar y superar dinámicas excluyentes presentes en ciertos modelos tradicionales del deporte.

Asimismo, el diseño metodológico utilizado se alinea con los planteamientos del PNUD (2022), que concibe el desarrollo humano como la ampliación de capacidades y libertades. La actividad generó oportunidades para que cada participante tomará decisiones, propusiera ideas, se comunicará desde la autenticidad y contribuye de manera creativa a la experiencia colectiva. Este tipo de dinámicas favorecen la autonomía, la autoestima y el sentido de pertenencia, elementos fundamentales para el bienestar personal y comunitario. Además, la inclusión plena observada durante la intervención confirma que las prácticas corporales alternativas pueden ser estrategias efectivas para construir entornos educativos más equitativos y participativos.

En síntesis, la práctica “El juego nos une” demostró que el deporte, cuando se resignifica desde un enfoque humanista, puede convertirse en un poderoso dispositivo de desarrollo humano. La creatividad, la convivencia y la expresión emocional emergen como dimensiones esenciales que deben ser integradas en la planificación de actividades deportivas y educativas. La experiencia analizada reafirma la necesidad de seguir promoviendo prácticas corporales alternativas que rompan con paradigmas centrados exclusivamente en el rendimiento, abriendo paso a propuestas más inclusivas, sensibles y formativas. Finalmente, el vínculo entre la teoría revisada en el diplomado y los resultados obtenidos evidencia que el desarrollo humano se fortalece cuando el cuerpo, el juego y la cooperación se ponen al servicio de experiencias transformadoras que dignifican al individuo y enriquecen a la comunidad.

Referencias Bibliográficas

Benavidez, A. A. (2014). *Cuerpo y práctica: Abordaje de sus relaciones desde el básquetbol como práctica corporal*. En *VIII Jornadas de Sociología de la UNLP*, Ensenada, Argentina. Universidad Nacional de La Plata.

<http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/50769>

Cañadas Alonso, M., & Ibáñez Godoy, 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>

Max-Neef, M., Elizalde, A., & Hopenhayn, M. (1993). *Desarrollo a escala humana: Una opción para el futuro*. Fundación Dag Hammarskjöld. <https://www.unida.org.ar/Virtuales/Eco/DEH.pdf>

UNLA – Universidad Latina de América. (s. f.). *Necesidades y satisfactores humanos a través de Max-Neef*.

<https://www.unla.mx/blogunla/necesidades-y-satisfactores-humanos-a-traves-de-max-nee>

[f](#)