

El futbol desde la perspectiva terapéutica para el cuerpo y la mente

Estudiante

Yenifer Yuliana Mendoza Tique

Tutor

Didier Alonzo Agudelo Villa

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades

ECSAH-Ibagué

2025

Programa 404538224_5

Resumen

Las prácticas deportivas convencionales están encaminadas a la puesta a punto del cuerpo para la competencia, con el fin de recibir logros y reconocimientos deportivos, lo que permite catalogar a los deportistas como aptos o no aptos, como campeones o como derrotados, viendo y tratando el cuerpo como una máquina de competencia y de trabajo dejando a un lado la importancia de la salud y la integridad física y mental, el aportar el desarrollo humano, es facilitar el libre acceso y el derecho de todas las personas a practicar algún deporte, a la integridad del ser humano que se consigue a través de la implementación de distintas prácticas físicas que involucran no solo el cuerpo sino que también la mente, saciando así las necesidades básicas fundamentales de una persona. El cuerpo no es solo un instrumento o un objeto o una máquina de trabajo y competencia, es más que eso, el cuerpo es cultura, es expresión, es simbología, el cuerpo es lo que define a cada persona en una sociedad, pues cada ser humano es libre de construir y transformar su propia identidad e integridad, basándose en sus valores y su origen, vivimos en un mundo con diversidades múltiples, en donde cada ser humano es libre de percibir las cosas acorde a su criterio, es importante mencionar que el concepto de desarrollo en la actualidad es el pensamiento en el contexto evolutivo de la humanidad, haciendo referencia a los cambios, mejoras y procesos continuos que ha ido experimentando la sociedad a lo largo de los años y que de distintas formas han realizado un aporte significativo a las vidas de las personas facilitando el acceso a las necesidades básicas fundamentales como lo es el acceso a la salud, un empleo dignamente remunerado, el afecto, la educación, la libre expresión, entre otros.

Palabras clave: Deporte, Integridad, Salud, Sociedad, Identidad

Abstract

Conventional sports practices are aimed at preparing the body for competition, in order to receive sporting achievements and recognition, which allows athletes to be classified as fit or unfit, as champions or as defeated, seeing and treating the body as a competition and work machine, leaving aside the importance of health and physical and mental integrity, contributing to human development is to facilitate free access and the right of all people to practice a sport, to the integrity of the human being that is achieved through the implementation of different physical practices that involve not only the body but also the mind, thus satisfying the basic fundamental needs of a person. The body is not just an instrument or an object or a machine for work and competition, it is more than that, the body is culture, it is expression, it is symbolism, the body is what defines each person in a society, because each human being is free to build and transform their own identity and integrity, based on their values and their origin, we live in a world with multiple diversities, where each human being is free to perceive things according to their criteria, it is important to mention that the concept of development today is the thought in the evolutionary context of humanity, making reference to the changes, improvements and continuous processes that society has been experiencing over the years and that in different ways have made a significant contribution to the lives of people by facilitating access to fundamental basic needs such as access to health, a decently paid job, adherence, education, free expression, among others.

Keywords: *Sport, integrity, Health, Society, Identity*

Tabla de contenido

| | |
|---|----|
| Introduccion..... | 5 |
| Justificacion..... | 7 |
| Objetivo General..... | 10 |
| Objetivos Especificos..... | 11 |
| Contenido Fundamentación de la actividad a partir de los enfoques vistos..... | 12 |
| Contenido del Trabajo – Metodología..... | 14 |
| Resultados y discusión..... | 17 |
| Conclusiones..... | 19 |
| Referencias Bibliográficas..... | 22 |

Introduccion

El deporte y todas las practicas que involucran el cuerpo son vistas desde distintos ángulos y abarca distintos contextos de la cotidianidad del ser humano, como lo es el sector de la salud, la política, la economía, la educación, entre otros, es importante hacer mención que cualquier práctica deportiva, física o recreativa realiza un aporte significativo a la vida del ser humano, ya que pone en función los músculos, los huesos, las articulaciones, el sistema cognitivo, aportando a la recepción de información, la creación de neuronas, la activación de espacios que están inactivos en el cuerpo por otras prácticas negativas como lo es el constante uso de la tecnología y el sedentarismo. Por otro lado es importante mencionar que la práctica de alguna actividad física que requiera gasto de energía está aportando a la integridad y la salud del ser humano, por medio de la prevención de enfermedades como lo son las enfermedades cardiovasculares, el Alzheimer, enfermedades en el sistema óseo, la regulación de la obesidad, prolonga y previene la pérdida o disminución de masa muscular, lo que permite que un ser humano sea funcional aun en su vejez.

El deporte en cuanto a la importancia que realiza el sector de la salud y las practicas corporales alternativas hacen a un lado la medicina y el pensamiento convencional, la practica corporal alternativa realiza un aporte significativo a la actividad física y el ejercicio, viéndolo desde el Angulo del bienestar y la integridad del ser humano, se puede afirmar que es de suma importancia el aporte que estas prácticas realizan en la vida diaria y la salud de cada ser humano, ya que son actividades no solo físicas sino que también cognitivas, las cuales sirven no como un tratamiento desde el Angulo de la biomedicina convencional, si no como terapia para el cuerpo,

buscando mejorar la integridad y el bienestar de una persona a través del movimiento, la respiración, la conciencia, la relajación, involucrando y poniendo en función todos los organismos del cuerpo del ser humano, como lo son los músculos, los cuales son un organismo fundamental para el buen funcionamiento del cuerpo en el día a día, estas prácticas alternativas se diferencian de las prácticas médicas y deportivas convencionales porque priorizan el origen, la cultura, las creencias, el bienestar, la integridad y la tradición de las distintas comunidades.

El deporte convencional o tradicional es un lenguaje universal, el cual identifica a las personas con dichas disciplinas, lo que ha aportado a lo largo de los años al desarrollo económico, ya que el deporte tienen su propio movimiento económico, con su propia historia, evolución y sus propias falencias. El deporte en la actualidad vivencia reconocimientos y logros deportivos, catalogando a los participantes solo con las victorias o las derrotas, El deporte y las prácticas deportivas convencionales hacen referencia a la implementación de distintas disciplinas deportivas que son ampliamente reconocidas y practicadas en todos los rincones del mundo, entre estas se mencionan deportes destacados y reconocidos por sus logros y hazañas, por sus grandes y reconocidos deportistas referentes de alguna disciplina que ha marcado la historia del ser humano, como se ha vivenciado el fútbol y el basquetbol, a lo largo de la vida, caracterizados por ser deportes federados que impactan y aportan significativamente la vida y el desarrollo de la sociedad.

Justificación

(Max Neef) menciona que desde el desarrollo a escala humana podemos decir que es una base fundamental la modernización y la innovación, en donde se aporta al crecimiento y al desarrollo mediante efectos benéficos, en donde nuestras raíces ahora son procesos históricos y evolutivos, que en la actualidad son un lenguaje universal, en cuanto a la cultura, las creencias, la historia y la sociedad actual, el deporte y las practicas alternativas y sus modificaciones de la actualidad se pueden delimitar como adaptaciones significativa que aportan al desarrollo del ser humano. Las necesidades humanas tienden a ser infinitas, ya que somos seres humanos con necesidades múltiples y estas son delimitas y clasificables, lo que permite asignar a cada necesidad un satisfactor, las necesidades humanas no varían través del tiempo o de la cultura, lo que varía son los medios, la manera y la frecuencia en los se aplican para saciar dichas necesidades, es por esto que los proyectos, practicas o propuestas, como lo es en este caso están directamente relacionados con una comunidad que de cierta forma carece de conocimiento en cuanto la empleabilidad de prácticas que se pueden aplicar y que son benéficas para el cuerpo y la mente dejando a un lado la medicalización y los conceptos y procedimientos médicos convencionales o tradicionales, instrumentalizando el deporte como un foco de atracción de atención para la participación activa. Como lo es en este caso, que se está ofreciendo la oportunidades a los jóvenes de un sector rural el fácil acceso a la educación y el conocimiento saciando las necesidades más urgentes y fundamentales de una persona, como lo es la salud mental y física, la prevención de enfermedades mentales y físicas, el acceso y la posibilidad de apropiarse de nuevos conocimientos, estos son las bases para aportar desarrollo humano, ya que la calidad de vida de una persona depende de las formas o las posibilidades que tenga esta para saciar sus necesidades.

Las practicas corporales, el deporte y una variación alternativa, no hace referencia solo al cuidado o la recuperación del cuerpo, cuando se habla de prácticas corporales se hace referencia a todas esas acciones que realiza una persona, ya que cada persona es responsable de expresarse y construirse a través de sus prácticas corporales basándose en su cultura, origen, creencias y su contexto, entendiendo las practicas corporales no solo como ejercicio físico o deporte, si no como todas aquellas acciones, actividades o movimientos en las que el cuerpo se hace presente, se mueve o se expresa. El cuerpo es un territorio de identidad, no solo biológico, sino que también social, cultural y simbólico, esto permite y facilita la identidad de una persona expresando quien es, de donde viene, como piensa, su sentir y sus relaciones con los demás. Por otro lado el desarrollo en la actualidad es un concepto que ha colonizado nuestra mente y también nuestra manera de entender a la sociedad. El desarrollo constituye en términos generales lo que la sociedad entiende por bienestar e integridad, lo que una persona anhela, piensa o desea, el concepto de desarrollo está asociado a múltiples categorías y ángulos, pero algunas de las categorías más fuertes en las que el desarrollo hace presencia es en la expresión y la distinción de las personas en los distintos contextos y en las distintas sociedades, teniendo en cuenta que existen sociedades desarrolladas, sociedades en camino al desarrollo y sociedades subdesarrolladas. Desde el enfoque del postdesarrollo, el buen vivir y vivir sabroso critica las visiones universales impuestas y plantea que cada persona debe y es responsable de construir su propia identidad y su propio bienestar en dicho contexto donde se ubique, teniendo en cuenta su origen, su cultura y sus valores, con el fin de dejar de ver y tratar el cuerpo como una maquina o un objeto para competir, como lo es el deporte y la actividad física convencional.

Es por esto que es valioso y de suma importancia llevar a cabo este tipo de actividades de actividad física y practicas corporales, existen muchos tipos de portes, como lo es el deporte en conjunto el deporte individual, el deporte de invierno, verano, acuáticos, deportes de fuerza, resistencia, velocidad y deportes de agilidad mental, pero todos estos deportes en la actualidad son reglamentados, federados con el fin de llevar a los participantes a su máximo nivel de preparación, viendo e interpretando el cuerpo como un objeto de guerra y competencia para obtener una resultado positivo como lo son las victorias, los logros, los reconocimientos deportivos y la construcción de una identidad referente a un deporte que queda grabada en la historia de la humanidad como lo han sido las grandes figuras del deporte nacional e internacional, cabe mencionar que no es malo que cada disciplina esté debidamente reglamentada y regulada, pues el deporte a través de la historia y en la actualidad ha construido su propio movimiento económico, gracias a la masificación deportiva y las grandes actividades deportivas que activan la economía lo que permite realizar un aporte al desarrollo sostenible.

La importancia y el objetivo de implementar esta actividad es priorizar la importancia del concepto de cuerpo en la sociedad, con el fin de que los jóvenes a la hora de realizar alguna actividad física dejen de ver el deporte como competencia, como un deporte de aprendizaje de técnicas y reglamentos estrictos y se centren en un espacio de ocio, recreación, esparcimiento, liberación, juego espontaneo y el encuentro con otros.

Objetivos

Objetivo General

Mediante la lectura detallada de los distintos referentes bibliográficos propuestos a lo largo del curso, la participación activa y la apropiación continua de conocimientos, conceptos y saberes frente al deporte convencional, las practicas corporales, la expresión, la integridad y salud del ser humano, se espera realizar una reflexión ante una vivencia en un contexto frente a una propuesta planteada en la fase anterior, la cual apunta y busca mejorar y aumentar la participación masiva de personas complementando un deporte ya estipulado y reglamentado como lo es el futbol, en donde la prioridad no será la competencia, el reconocimiento o los logros deportivos, si no para que vean el deporte desde y las practicas corporales como un medio de liberación, terapia y su aporte a la búsqueda de su identidad y construcción de identidad, teniendo como base su cuerpo, su origen y sus valores, complementando un deporte que sirve como medio de atracción de atención masiva, lo que ayudara a la participación activa de las personas en general, incorporando distintas prácticas en escenarios deportivos, como lo son las prácticas de estrategia y juegos de conexión. Tomando como base las generalidades de los enfoques de desarrollo humano trabajados, como lo es el desarrollo a escala humana y el postdesarrollo con el fin de priorizar el bienestar y la integridad social en una actividad en donde se espera tener como finalidad ver y percibir el deporte y el cuerpo no solo como una puesta a punto del cuerpo en su máximo nivel para la competencia, viendo el deporte no solo como un practica de aprendizaje de estructura técnica y reglamentada, viéndolo como una práctica de juego espontaneo y el encuentro con otros.

Objetivos Especificos

Dejar a un lado la medicalización y los conceptos biomédicos, para dejar de tratar el cuerpo solo como un sistema biológico, científico y como una maquina u objeto de trabajo o competencia.

Entender y ver el cuerpo desde los contextos sociales, históricos y culturales como un factor y una base que conecta cuerpo, mente y relaciones sociales. En donde el cuerpo sea visto como identidad, expresión, origen y cultura.

Masificar las actividades físicas con el fin de además de promover el deporte en cuanto a la práctica, aporta a los conocimientos, articulando la innovación en los deportes ya existentes con el fin de aportar al desarrollo social, mediante la liberación de y eliminación de estrés y enfermedades mentales o físicas.

Promover el deporte no solo como la competencia si no como un juego de conexión y de prácticas estratégicas alternativas.

Aportar al desarrollo humano tomando como base los conocimientos adquiridos a lo largo del cuerpo frente al tema de prácticas corporales y desarrollo humano.

Fundamentación de la actividad a partir de los enfoques vistos

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

Relaciones de los distintos enfoques en la actividad alternativa

Desde el enfoque de el postdesarrollo, podemos decir que es una base fundamental la modernización y la innovación, en donde se aporta al crecimiento y al desarrollo mediante efectos benéficos, en donde nuestras raíces ahora son procesos históricos y evolutivos, que en la actualidad son un lenguaje universal, en cuanto a la cultura, las creencias, la historia y la sociedad actual, el deporte y las practicas alterativas y sus modificaciones de la actualidad se pueden delimitar como adaptaciones significativa que aportan al desarrollo del ser humano. Las necesidades humanas tienden a ser infinitas, ya que somos seres humanos con necesidades múltiples y estas son clasificables, lo que permite asignar a cada necesidad un satisfactor, las necesidades humanas no varían a través del tiempo o de la cultura, lo que varía son los medios, la manera y la frecuencia en los se aplican para saciar dichas necesidades, es por esto que los proyectos, practicas o propuestas, como lo es en este caso están directamente relacionados con una comunidad que de cierta forma carece de conocimiento en cuanto la empleabilidad de prácticas que se pueden aplicar y que son benéficas para el cuerpo y la mente dejando a un lado la medicalización y los conceptos y procedimientos médicos convencionales o tradicionales, instrumentalizando el deporte como un foco de atracción y de atención para la participación

activa en donde la base principal es empelar una variación alterativa Para saciar las necesidades más urgentes y fundamentales de una persona, como lo es la alimentación, la salud mental y física, la prevención de enfermedades mentales y físicas, el acceso a la educación y el conocimiento son las bases para aportar desarrollo humano, ya que la calidad de vida de una personas depende de las formas o las posibilidades que tenga esta para saciar sus necesidades, en este caso una relación clara en esta actividad realizada es el carecer de conocimiento en cuanto a los conceptos de la medicalización y las practicas alterativas que de una u otra forma viven en la sociedad pero no son implementadas , por otro lado mencionamos que las personas se limitan a ver el cuerpo como un objeto de trabajo y de competencia, dejando a un lado la importancia de tener la posibilidad de hacerse responsable en cuanto a la construcción de su identidad mediante las practicas corporales, teniendo en cuenta su origen, sus costumbres y sus valores.

Contenido del Trabajo – Metodología

El sector del caño del combeima se encuentra ubicado en el departamento del Tolima- municipio de Ibagué-KM 2 vía al cañón del combeima, es una zona que se encuentra en medio de la zona urbana y el sector rural, está conformado por una amplia cantidad de personas campesinas que residen en este sector, las cuales son dueños de las fincas y terrenos, adicional a esto es una zona muy turística, lo que hace que un gran número de turistas y deportistas como los son los ciclistas y personas que practican el atletismo o el senderismo, visiten el sector, conocido por sus cultivos, producción de productos cárnicos como lo es el ave, el cerdo y la trucha, además de esto es uno de los sectores más visitados, gracias a la gastronomía, ya que las comidas, postres y lácteos son muy conocidos, siendo este el oficio que genera los ingresos para esta comunidad, en este sector residen jóvenes, adultos y ancianos los cuales han visto la evolución que ha tenido su hogar a través de los años, viviendo de los recursos que les provee el sector primario. El deporte ha ayudado a generar reconocimiento de este sector, gracias a sus escenarios deportivos, lo que ha generado que cada día esta zona sea más visitada y aporte a la consecución de los ingresos económicos de las familias. Este es un sector que se encuentra con vías de ingreso en óptimas condiciones en cuanto a la infraestructura y alumbrado público, lo que permite el fácil y rápido desplazamiento de las personas a la hora de dirigirse a sus labores, cuenta con dos sistemas de transporte urbano y rural, este sector cuenta con dos instituciones de educación media, las cuales ofrecen formación técnica.

La actividad realizada en donde la finalidad fue implementar una variación alterativa en un deporte convencional reglamentado, federado y ya estructurado, en este caso trabajamos con una disciplina grupal como lo es el fútbol, en donde se contó con la participación activa de 6 niños no mayores a los 12 años, en donde se implementaron dos actividades de juegos de conexión y agilidad mental, en un amplio escenario deportivo con el objetivo de realizar una breve charla en cuanto a los conceptos de una variación alterativa en un deporte convencional como lo es el fútbol, basándonos en exponer la importancia de prepararse para la competencia y recibir los logros y reconocimientos deportivos justos por el trabajo y la preparación previa, pero también haciendo mención a la importancia del cuerpo y su rol y su uso, e interpretación en el pensamiento convencional en donde cada persona es libre de percibir las cosas acorde a su criterio, es importante mencionar que el concepto de desarrollo en la actualidad es el pensamiento en el contexto evolutivo de la humanidad, haciendo referencia a los cambios, mejoras y procesos continuos que ha ido experimentando la sociedad a lo largo de los años y que de distintas formas han realizado un aporte significativo a las vidas de las personas facilitando el acceso a las necesidades básicas fundamentales como lo es el acceso a la salud, un empleo dignamente remunerado, el afecto, la educación, la libre expresión, entre otros.

La actividad realizada tuvo un impacto positivo frente al desarrollo humano, teniendo como base los enfoques de desarrollo a escala humana y el postdesarrollo, el buen vivir o vivir sabroso, esto gracias a que los jóvenes de manera activa colaboraron a la realización de la actividad, desde la implementación de la charla, hasta la ejecución de las dos actividades que se realizaron en donde como resultado se obtuvo una participación activa. El resultado de esta acción fue positiva, ya que fue de agrado para los jóvenes que participaron, en donde con una

breve actividad se apropiaron de un nuevo saber en cuanto a la disciplina practicada, viendo el deporte, la actividad física, el ocio, la recreación y el esparcimiento como un juego de interacción y comunidad, como un juego espontáneo y una buena experiencia en cuanto al encuentro con otros.

Resultados y Discusión

El deporte, la economía y los enfoques trabajados a lo largo del curso como lo es desarrollo a escala humana, (Lagos) menciona que Dentro del bienestar de una persona se encuentra el derecho a saciar las necesidades más urgentes y fundamentales de una persona y que somos seres humanos con distintas necesidades y distintas necesidades y que por ende cada persona tiene el derecho de acceder a los servicios básicos. El postdesarrollo, el cual hace referencia a el buen vivir y vivir sabroso que habla de que cada persona es responsable y cuenta con la posibilidad de construir en su entorno su propia integridad y su propia identidad a través de su origen, cultura y valores, teniendo como finalidad aportar a la construcción de su propio bienestar e integridad para su mayor comodidad, dejando de ver el cuerpo como un objeto para el trabajo o para la competencia. Por otro lado hacemos mención al desarrollo de las naciones unidas, el cual hace referencia y abarca un amplio campo de los múltiples contextos de la vida, el desarrollo sostenible y equilibrado, este es un sistema y un proceso continuo que se divide en tres aspectos, como lo son lo social, lo económico y lo ambiental, en esta actividad se evidencia una amplia relación en este enfoque ya que toda actividad ya sea política, económica, ambiental, deportiva, industrial, entre otras, genera un impacto ya sea negativo o positivo en el ámbito social, económico y ambiental, esto permite aportar al desarrollo sostenible o afectar el mismo, ante esta acción alterativa se puede decir que frente a la implementación se evidencian múltiples vínculos frente a los enfoques de desarrollo trabajados, desarrollo a escala humana y el postdesarrollo, tomando como base el saciar las necesidades, facilitar el acceso a las necesidades básicas fundamentales del ser humano, como lo es la educación, el saber y el conocimiento, esto permite y aporta a la educación y preparación de jóvenes que por medio de distintas

prácticas deportivas de recreación, esparcimiento y ocio se apropien de nuevos saberes y sean seres humanos competentes capaces de aportar a la mejora de futuras oportunidades para una mejor calidad de vida, en términos de salud, educación, el acceso a los recursos, la inclusión social dejando las diferencias y aceptando las múltiples diversidades en cuanto a expresiones, perspectiva, identidades y formas de ver la vida.

El deporte y todas las actividades que involucren uno o más organismo del cuerpo y que requieran el gasto de energía, realiza un aporte benéfico y significativo al postdesarrollo y desarrollo humano, son la base del fortalecimiento de la integridad y el bienestar, no solo físico sino que también mental, enlazando la integración social, la apropiación y el fortalecimiento continuo de valores como lo es la disciplina, el respeto, la perseverancia y la empatía por los demás, fortaleciendo la inclusión y aceptando las múltiples diversidades en cuanto a identidad, perspectivas, pensamientos y saberes.

Conclusiones

Existen distintos enfoques de desarrollo humano como lo es el desarrollo a escala huma, el postdesarrollo y el desarrollo de las naciones unidas, estos distintos enfoques tienen una amplia relación y es que están encaminados a buscar y ampliar la riqueza de las vidas de los seres humanos, tomando como referencia y basándose en mejorar la calidad de vida de los seres humanos, ampliando y mejorando las oportunidades en cuanto a la esperanza de vida de una persona, promoviendo la salud, la educación y el acceso a satisfacer las necesidades básicas fundamentales de la humanidad, fortaleciendo la participación de la sociedad a la igualdad y la justicia, aceptando las múltiples formas de diversidad. El desarrollo humano tiene múltiples generalidades pero se enlazan y se relacionan de manera constante y continua ya que su fin es un bien común y social, priorizando el bienestar y la integridad de las personas considerando los distintos aspectos y contextos como lo es lo social, lo económico, lo cultural y lo ambiental, reconociendo el desarrollo humano como un sistema o un proceso continuo y dinámico de la evolución del ser humano.

El deporte y la actividad física son una base y un pilar fundamental para la construcción y la mejora de la sociedad, no solo con el fin de obtener logros, reconocimientos o beneficios individuales, sino que también es un eje fundamental para promover valores y aportar a la mejora de la capacidad a la hora de la integración social y el desarrollo comunitario. El deporte la recreación, el ocio, el esparcimiento y las practicas alternativas facilitan la comunicación asertiva, la aceptación y la inclusión a la diversidad, mejorando el trabajo en equipo y reforzando

los valores como lo son la disciplina, la perseverancia, el respeto y la empatía por los demás, generando un sentido de pertenencia en donde se promueve la participación ciudadana y el desarrollo.

La promoción e implementación de programas deportivos o de actividades físicas ya sea de manera reglamentada o de ocio y esparcimiento aportan a la calidad de vida y a la mejora y el fortalecimiento de lazos sociales, siendo el deporte una base y una herramienta para la construcción y transformación de una sociedad más equilibrada, justa, inclusiva y saludable, obteniendo como resultado el desarrollo integral de las personas y el bienestar social. Las practicas alternativas son una propuesta alternativa al desarrollo tradicional, el cual tiene como fin priorizar el desarrollo integral de las personas, sociedades y comunidades, basándose en aspectos sociales y culturales dejando a un lado pero sin darle menos importancia el priorizar el crecimiento económico por encima de otras dimensiones como lo es el bienestar y la integridad de las personas, tomando como base los referentes bibliográficos propuestos en las distintas fases del curso, con el fin de realizar la apropiación continua de nuevos saberes y conocimientos, podemos afirmar que el desarrollo humano se divide en múltiples enfoques, pero están encaminados a un mismo fin, buscando la mejora de la calidad de vida de las personas a la hora de saciar sus necesidades y ofrecer mejores oportunidades para la educación, el acceso a la salud, ofreciendo a la sociedad una visión más clara y precisa de los pensamiento convencional, teniendo en cuenta el contexto evolutivo de las personas, ya que el desarrollo hace parte de la evolución del ser humano siendo un proceso gradual de cambio y de expansión de las libertades e identidades de cada persona logrando lo anteriormente mencionado gracias a la implementación de distintas actividades alternativas al desarrollo como lo es el deporte

la recreación, el ocio, el esparcimiento, la actividad física, como se implementó en la presente actividad en donde tuvo como finalidad brindar y aportar a la educación, la apropiación de saberes y conocimientos a los jóvenes del cañón del combeima, teniendo en cuenta que esta es una zona rural vulnerable en varios sentidos ya que no cuenta con profesional capacitado que oriente a los jóvenes nuevas vivencias en el contexto del deporte frente al tema de la percepción y el pensamiento convencional, tomando como base el enfoque del postdesarrollo en donde expone que el cuerpo no es solo un objeto, maquina o masa para trabajar y competir, si no que nos muestra que el cuerpo es expresión, comunicación, identidad, cultura y origen.

Referencias Bibliograficas

Cañadas Alonso, M., & Ibáñez Godoy, S. J. (2010). [La planificación de los contenidos de entrenamiento de baloncesto en equipos de iniciación](https://dehesa.unex.es/handle/10662/6509)
<https://dehesa.unex.es/handle/10662/6509>

Escobar A. (2023). El “postdesarrollo” como concepto y práctica social. Revista Española de Desarrollo y Cooperación, 24, 81-99.
<https://revistas.ucm.es/index.php/REDC/article/view/86715>

Gudynas, E. (2011). [Buen vivir: Germinando alternativas al desarrollo. América Latina en movimiento](http://gudynas.com/publicaciones/articulos/GudynasBuenVivirGerminandoALA111.pdf), 462, 1-20.
<http://gudynas.com/publicaciones/articulos/GudynasBuenVivirGerminandoALA111.pdf>

Hincapié, A. (2014). [El Hip Hop: Una Práctica Corporal Que Territorializa La Ciudad De Medellín](https://research-ebSCO-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=0118e3b1-49ba-395f-f98b7-e2eb3514538c). Poiésis, 8(14), 385–402. <https://research-ebSCO-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=0118e3b1-49ba-395f-f98b7-e2eb3514538c>

Nunes, L., de Oliveira, G. P. P., Pas, E. M., & Sehnem, S. (2014). [Projeto Esporte Comunitário da Unimed Chapecó/SC na Comunidade do Bairro Efapi](#). Abrir este documento utilizando ReadSpeaker docReader *Desenvolvimento em* 12(27), 333-369. <https://www.redalyc.org/pdf/752/75232113012.pdf>

Sport, 9(1), 29-44. <https://research-ebSCO-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=f9efba25-3666-3bc0-aa23-7fd2bd68ea24>