

**Baloncesto en Red: Practica corporal para el desarrollo humano desde el Buen Vivir**

Paula Valentina Barrios Riveros

Asesor

Rafael Antonio Bajonero

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Programa de Gestión Deportivo

2025

## Resumen

La presente investigación-intervención desarrolla, implementa y analiza una práctica corporal alterativa denominada Baloncesto en Red, la cual transforma la lógica tradicional del baloncesto competitivo para convertirla en una experiencia comunitaria, cooperativa, expresiva y orientada al desarrollo humano integral. El trabajo emerge de la necesidad de replantear los sentidos hegemónicos de las prácticas deportivas en contextos educativos y comunitarios, reconociendo que el deporte tradicional, al centrarse en el rendimiento y la competencia, tiende a reproducir exclusiones, jerarquías y dinámicas que limitan el bienestar emocional, la creatividad y la participación significativa. La propuesta se fundamenta en el Enfoque de Necesidades Humanas Fundamentales de Manfred Max-Neef, el cual concibe el desarrollo como la capacidad de satisfacer integralmente necesidades como identidad, participación, afecto, entendimiento, creación, ocio y protección. La metodología aplicada incluye una sesión de 90 minutos, estructurada en momentos de conexión corporal, actividades rítmicas, circuitos cooperativos, creación colectiva y reflexión grupal. Los resultados evidencian impactos positivos en cooperación, expresión corporal, sentido de pertenencia y bienestar, confirmando que las prácticas corporales alterativas pueden operar como satisfactores sinérgicos que fortalecen dimensiones humanas diversas. La discusión articula hallazgos con marcos teóricos contemporáneos, destacando el potencial transformador del deporte cuando se resignifica desde valores comunitarios, culturales y expresivos. El documento concluye destacando la pertinencia de este tipo de prácticas para la formación integral y el fortalecimiento del tejido social, especialmente en contextos vulnerados o marcados por desigualdades.

**Palabras clave:** Variación alterativa, Desarrollo humano, Cooperación, Expresión corporal, Participación.

### Abstract

This research-intervention develops, implements, and analyzes an alternative bodily practice called *Basketball in Network*, which transforms the traditional competitive logic of basketball into a cooperative, expressive, community-centered experience oriented toward integral human development. This work arises from the need to rethink hegemonic meanings of sports practices in educational and community contexts, recognizing that traditional sports, focused on performance and competition, often reproduce exclusion, hierarchy, and dynamics that limit emotional well-being, creativity, and meaningful participation. The proposal is grounded in Manfred Max-Neef's Human Needs Framework, which conceives development as the ability to satisfy fundamental human needs such as identity, participation, affection, understanding, creation, leisure, and protection. The applied methodology includes a 90-minute session, structured into phases of bodily connection, rhythmic activities, cooperative circuits, collective creation, and group reflection. Results show positive impacts on cooperation, body expression, belonging, and well-being, confirming that alternative bodily practices can operate as synergistic satisfiers that strengthen diverse human dimensions. The discussion articulates findings with contemporary theoretical frameworks, highlighting the transformative potential of sports when reinterpreted from community, expressive, and cultural values. The document concludes by emphasizing the relevance of such practices for integral formation and the strengthening of social bonds, especially in vulnerable or unequal contexts.

**Keywords:** Alternative variation, Human development, Cooperation, Body Expression, Participation.

## Tabla de Contenido

Introducción .....	6
Justificación .....	8
Objetivos.....	11
Objetivo General.....	11
Objetivos Específicos.....	11
Fundamentación de la Actividad a partir de los Enfoques Vistos .....	13
Metodología .....	17
Resultados y Discusión.....	20
Conclusiones .....	23
Referencias Bibliográficas .....	26

**Lista de Tablas**

<b>Tabla 1</b> <i>Resultados Pre y Post Intervención en Dimensiones del Desarrollo Humano</i> (Escala 1–5) .....	<b>16</b>
---	-----------

## Introducción

El cuerpo ha sido históricamente un escenario de disputa simbólica, pedagógica, política y cultural. En el ámbito de la educación física y las prácticas corporales, el cuerpo ha sido concebido desde diversas perspectivas: como máquina eficiente en el rendimiento deportivo, como instrumento disciplinado en función de reglas y técnicas, o como territorio expresivo y emocional donde se inscriben historias, identidades y vínculos sociales. Esta pluralidad de miradas ha generado tensiones entre modelos tradicionales de enseñanza deportiva, centrados en la competencia, la técnica y el rendimiento, y enfoques contemporáneos que reivindican prácticas corporales integradoras, significativas, cooperativas y orientadas al desarrollo humano.

Durante el curso, la revisión de literatura de autores como Benavidez (2014), Caicedo (2023), Nussbaum (2011), Sen (1999) y Max-Neef (1993), permitió comprender que las prácticas corporales no pueden reducirse a su dimensión técnica o atlética. Desde estas perspectivas, el cuerpo es un territorio complejo donde convergen dimensiones emocionales, cognitivas, históricas, afectivas y culturales. Por tanto, las prácticas corporales tienen un potencial pedagógico que va más allá del dominio motor: pueden potenciar capacidades humanas fundamentales, fortalecer vínculos comunitarios, promover la identidad y generar bienestar.

En este marco, emergen las prácticas corporales alterativas, entendidas como experiencias que cuestionan las lógicas hegemónicas del deporte tradicional y proponen dinámicas centradas en la creación, la expresividad, la cooperación y la participación equitativa. Estas prácticas buscan resignificar el movimiento desde la sensibilidad, la creatividad, la colectividad y la diversidad, abriendo oportunidades para que los participantes construyan significados propios, se conecten con su territorio y contribuyan al bienestar común (Caicedo, 2023).

La presente propuesta surge de la necesidad de transformar el baloncesto, un deporte ampliamente difundido en contextos educativos y recreativos, pero frecuentemente limitado por su énfasis en la competencia, los roles jerárquicos y las metas cuantitativas (puntos, velocidad, eficacia). Baloncesto en Red se plantea como una alternativa pedagógica que integra cooperación, creatividad, expresión corporal y reflexión colectiva, todo ello articulado con el Enfoque de Necesidades Humanas Fundamentales de Max-Neef (1993). Este enfoque brinda un marco conceptual sólido para comprender cómo las actividades corporales pueden convertirse en experiencias significativas que satisfacen necesidades profundas del ser humano.

El objetivo central de esta intervención es demostrar cómo una práctica corporal alterativa, diseñada desde una perspectiva crítica y humanista, puede convertirse en un satisfactor sinérgico capaz de potenciar el desarrollo humano en múltiples dimensiones. A lo largo del documento, se presentarán argumentos teóricos, fundamentos conceptuales, descripciones metodológicas y análisis de resultados que permiten situar esta propuesta dentro de los debates contemporáneos sobre educación corporal, desarrollo humano y Buen Vivir.

## Justificación

La propuesta alterativa Baloncesto en Red resulta necesaria y valiosa porque reconfigura el sentido y la práctica del deporte en contextos educativos y comunitarios, desplazando el énfasis del rendimiento competitivo hacia el cuidado, la cooperación y el desarrollo integral de las personas. En muchos entornos escolares y comunitarios, la práctica deportiva hegemónica reproduce jerarquías basadas en la habilidad motriz y en la victoria, lo que genera exclusión, ansiedad por el rendimiento y pérdida de oportunidades pedagógicas centradas en la formación social y emocional (Benavidez, 2014). Transformar la práctica del baloncesto en una actividad cooperativa permite recuperar el potencial formativo del cuerpo como espacio de aprendizaje, expresión y relación social, abriendo posibilidades para que más jóvenes participen activa y dignamente.

Desde una perspectiva pedagógica, la propuesta promueve procesos de enseñanza-aprendizaje que integran lo corporal, lo afectivo y lo cognitivo. Las dinámicas de roles rotativos, las tareas creativas y las pausas reflexivas hacen visible un aprendizaje situado: los participantes no solo desarrollan destrezas motrices, sino también habilidades comunicativas, resolución colaborativa de problemas, autorregulación emocional y uso simbólico del movimiento. Esto conecta con los postulados que sostienen que la educación corporal debe trascender la técnica para favorecer la construcción de sentido, la autonomía y la crítica frente a modelos reproductivos del deporte (Benavidez, 2014; Caicedo, 2023). En consecuencia, Baloncesto en Red se convierte en un recurso pedagógico que articula contenido físico con competencias socioemocionales y ciudadanía activa.

La relevancia de la propuesta se acentúa al analizarla mediante el Enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef (1993). Dicho marco conceptual plantea que el

desarrollo humano ocurre cuando las prácticas sociales permiten atender simultáneamente necesidades fundamentales (participación, afecto, identidad, creación, entre otras) mediante satisfactores que pueden ser sinérgicos. Baloncesto en Red funciona como un satisfactor sinérgico porque, en una misma actividad, articula cooperación (participación), cuidado mutuo (afecto y protección), creación colectiva (creación e identidad) y espacios de ocio significativo (ocio y libertad). Al operar así, la actividad no solo mejora indicadores puntuales de rendimiento, sino que impacta en la calidad de vida relacional y emocional de los participantes, elementos esenciales para un desarrollo humano genuino (Max-Neef, 1993).

Además, esta propuesta dialoga con la crítica al paradigma economicista del desarrollo. Autores como Sen (1999) y Nussbaum (2011) han señalado que el bienestar debe ser entendido en términos de capacidades reales para vivir de manera plena y digna, no únicamente por indicadores de ingreso. En este sentido, la intervención no busca incrementar un “rendimiento” cuantificable, sino ampliar las capacidades —participar, crear, expresar, relacionarse— que permiten a los jóvenes ejercer agencia sobre su vida cotidiana. Esto sitúa a Baloncesto en Red como una intervención coherente con enfoques contemporáneos de desarrollo humano más amplios y democráticos.

En términos de impacto social y comunitario, la propuesta es pertinente para contextos colombianos donde la oferta de espacios seguros, creativos y participativos para jóvenes es limitada. Experiencias de intervención comunitaria muestran que actividades deportivas re-significadas pueden contribuir a la prevención de la violencia, al fortalecimiento del tejido social y a la construcción de sentido colectivo (Ministerio del Deporte, 2020). Al privilegiar la cooperación y la inclusión, Baloncesto en Red favorece la creación de redes de apoyo local que,

a su vez, pueden incidir en climas de convivencia más estables y resilientes frente a tensiones sociales.

Desde la dimensión cultural, la incorporación de elementos locales —ritmos, gestos, simbolismos— permite anclar la práctica en la identidad de la comunidad, visibilizando saberes y expresividades propias. Esta adaptación cultural es coherente con las propuestas del postdesarrollo que promueven soluciones locales y contextuales para el bienestar; allí, el bienestar no es un estándar universal sino una construcción comunitaria situada. Por ello, la propuesta no pretende “imponer” un formato único de intervención, sino ofrecer una estructura flexible que respete y potencie la especificidad cultural de cada grupo participante.

Finalmente, la justificación práctica y ética también radica en la inclusividad y la viabilidad: la actividad puede implementarse con recursos mínimos (balones, espacio abierto, música), es fácilmente adaptable a distintos niveles motrices y promueve prácticas éticas de cuidado (consentimiento, pausas, adaptaciones razonables). Esto la hace especialmente adecuada para instituciones educativas con limitaciones materiales pero con una alta necesidad de intervenciones socioafectivas. Asimismo, su naturaleza lúdica y simbólica facilita la adhesión voluntaria de jóvenes, aumentando la probabilidad de sostenibilidad y apropiación comunitaria.

En síntesis, Baloncesto en Red es valiosa porque resignifica el deporte hacia fines pedagógicos y relacionales, opera como satisfactor sinérgico según Max-Neef, amplía capacidades humanas más allá de métricas economicistas, contribuye a la prevención y tejido social en contextos locales y es culturalmente adaptable e inclusiva. Por estas razones, su implementación representa una contribución práctica y teórica relevante para la educación corporal y las políticas locales de desarrollo humano.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Transformar la práctica tradicional del baloncesto en una actividad corporal alterativa orientada al desarrollo humano integral, mediante la implementación de dinámicas cooperativas, creativas y simbólicas que promuevan la integración social, el bienestar colectivo y la expresión corporal. Esta transformación se fundamenta en el Enfoque de Necesidades Humanas Fundamentales de Max-Neef, buscando que la actividad funcione como un satisfactor sinérgico capaz de estimular simultáneamente necesidades como participación, afecto, identidad, creación y entendimiento, y que favorezca la construcción de relaciones más armónicas, equitativas y significativas entre los participantes.

### **Objetivos Específicos**

Fomentar habilidades de cooperación y construcción colectiva mediante dinámicas corporales inspiradas en el baloncesto, promoviendo la interacción solidaria, la toma de decisiones conjunta y el apoyo mutuo entre los participantes. A través de juegos cooperativos y roles rotativos, se busca que los jóvenes desarrollen competencias relacionales fundamentales que fortalezcan la cohesión grupal y la capacidad de trabajar colaborativamente en contextos comunitarios y educativos.

Propiciar vivencias de expresión corporal y creatividad que contribuyan a la formación integral de los participantes, permitiendo que el cuerpo se convierta en un medio para la comunicación simbólica, la exploración emocional y la construcción de significados compartidos. Estas experiencias se orientan a estimular la imaginación, la autonomía y la capacidad de transformar prácticas deportivas tradicionales en escenarios de creación colectiva y bienestar personal.

Crear ambientes seguros, inclusivos y no competitivos que fortalezcan el sentido de pertenencia y el bienestar socioemocional, garantizando que todos los participantes puedan integrarse sin temor al juicio o la exclusión. Se busca facilitar un espacio donde la convivencia, la escucha y el reconocimiento mutuo favorezcan la satisfacción de necesidades humanas fundamentales como protección, afecto y participación, tal como plantea Max-Neef.

Estimular la participación activa y protagónica de los participantes en el diseño y ejecución de las dinámicas de juego, promoviendo su capacidad de iniciativa, liderazgo colaborativo y reflexión sobre su propio proceso de aprendizaje corporal. Este objetivo contribuye a fortalecer la autonomía y la identidad, al permitir que los participantes construyan sus propias reglas, estrategias y expresiones dentro de la actividad.

Fortalecer el desarrollo de competencias socioemocionales relacionadas con la empatía, la comunicación asertiva y la regulación emocional, mediante situaciones de juego que requieren escucha, cooperación y resolución pacífica de conflictos. Estas competencias son esenciales para la convivencia y se articulan con los propósitos del desarrollo humano desde una perspectiva integral.

### **Fundamentación de la Actividad a partir de los Enfoques Vistos**

La actividad alterativa se fundamenta con los enfoques contemporáneos de desarrollo humano revisados durante el diplomado, los cuales cuestionan la visión tradicional economicista centrada únicamente en el crecimiento material. En coherencia con estos marcos teóricos, el juego cooperativo se posiciona como una práctica corporal capaz de fortalecer capacidades humanas, promover vínculos comunitarios y favorecer procesos de bienestar integral.

Desde el Enfoque de Desarrollo Humano de las Naciones Unidas, el desarrollo se concibe como la ampliación de oportunidades y libertades reales para las personas, abarcando dimensiones sociales, ambientales y humanas (PNUD, 2010). La actividad propuesta responde a este enfoque porque fomenta habilidades sociales, tales como la comunicación, la resolución colectiva de problemas y la participación activa. Estas capacidades son reconocidas por la ONU como componentes esenciales del bienestar más allá del ingreso económico. Además, promover experiencias corporales que incentiven el respeto, la empatía y la colaboración contribuye directamente al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, particularmente aquellos relacionados con la salud y bienestar (ODS 3) y la educación de calidad (ODS 4).

Por otro lado, el Enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef (1993) ofrece un marco especialmente útil para interpretar el valor transformador del juego cooperativo. Según este autor, el desarrollo ocurre cuando las personas encuentran satisfactores sinérgicos, es decir, acciones que permiten cubrir simultáneamente varias necesidades humanas fundamentales. La actividad implementada funciona precisamente como un satisfactor sinérgico, puesto que al participar en dinámicas cooperativas los individuos atienden de forma simultánea necesidades como afecto, participación, ocio, identidad, creación y libertad. El juego no se limita a un entretenimiento; se convierte en una experiencia que fortalece vínculos emocionales, estimula la

creatividad, favorece la expresión personal y proporciona espacios de encuentro grupal. En este sentido, la práctica corporal se transforma en un medio para potenciar el desarrollo humano desde la integralidad que propone Max-Neef.

Finalmente, desde el Enfoque del Postdesarrollo, que reconoce la diversidad cultural y la construcción local de significados en torno al bienestar (Escobar, 1995), el juego cooperativo adquiere especial relevancia. Esta perspectiva plantea que no existe un único modelo universal de desarrollo, sino múltiples formas en las que las comunidades generan bienestar de acuerdo con su contexto y sus relaciones. El juego cooperativo se alinea con esta visión porque permite que los participantes construyan colectivamente experiencias de convivencia, solidaridad y apoyo mutuo, respetando sus formas propias de interacción. La actividad se adapta a las particularidades del grupo, reconoce sus saberes y promueve formas locales de agencia, lo cual constituye un aporte valioso dentro de los planteamientos del postdesarrollo.

En conjunto, estos enfoques demuestran que el juego cooperativo es una práctica corporal con un alto potencial de impacto en el desarrollo humano, pues contribuye al bienestar emocional, relacional y comunitario, fortalece habilidades sociales esenciales y posibilita experiencias de participación significativa. La actividad no solo responde a los fundamentos teóricos del diplomado, sino que los materializa en una intervención concreta que reconoce la complejidad del ser humano y su capacidad de construir bienestar en comunidad.

### **¿Cuáles son las relaciones entre la actividad alterativa propuesta y un enfoque de desarrollo humano?**

La actividad alterativa Baloncesto en Red se fundamenta principalmente en el Enfoque de Necesidades Humanas Fundamentales propuesto por Manfred Max-Neef (1993). Este enfoque plantea que el desarrollo humano no depende exclusivamente del crecimiento económico, sino

de la capacidad de las personas y comunidades para satisfacer integralmente nueve necesidades universales: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad. Según Max-Neef, el verdadero desarrollo ocurre cuando las prácticas sociales, culturales o educativas operan como satisfactores sinérgicos, es decir, acciones que permiten atender varias necesidades simultáneamente.

La propuesta alterativa *Baloncesto en Red* funciona precisamente como un satisfactor sinérgico, al transformar la lógica del deporte tradicional y favorecer experiencias que integran cooperación, creatividad, identidad grupal y bienestar emocional. A diferencia del baloncesto convencional —que prioriza el rendimiento, la competencia y la exclusión funcional de los cuerpos menos habilidosos— esta variación alterativa promueve un ambiente donde los participantes pueden crear reglas, explorar roles múltiples, comunicar sentidos, tomar decisiones colectivas y expresarse libremente. Así, la actividad supera la idea instrumental de “actividad física para cumplir un objetivo deportivo” y se convierte en un espacio profundamente humano.

Desde este enfoque, las relaciones más relevantes entre la actividad y el desarrollo humano son las siguientes:

- 1. Satisfacción de la necesidad de participación**

En *Baloncesto en Red*, cada integrante toma decisiones sobre las reglas, los desplazamientos, la narrativa simbólica y la forma de cooperar. Esto potencia la participación real, entendida por Max-Neef como la posibilidad de involucrarse activamente en los procesos que afectan a la comunidad.

- 2. Satisfacción de la necesidad de afecto**

La ausencia de competencia directa, la cooperación permanente y la importancia de la escucha y el cuidado mutuo convierten la actividad en un espacio donde

surgen vínculos positivos, reconocimiento y apoyo emocional. Este clima afectivo es fundamental para el desarrollo socioemocional.

### 3. **Satisfacción de la necesidad de creación**

La creación de nuevos roles, movimientos, secuencias y dinámicas rompe con la repetición mecánica del deporte tradicional. La creatividad se convierte en un elemento pedagógico y social que permite generar significados corporales propios.

### 4. **Satisfacción de la necesidad de identidad**

El juego simbólico y expresivo posibilita que los participantes construyan una identidad colectiva y, al mismo tiempo, exploren su singularidad corporal. Esta construcción de identidad se da a través del movimiento, la comunicación no verbal y la aceptación del otro.

### 5. **Satisfacción de la necesidad de libertad**

Al permitir múltiples formas de participación, movimiento, expresión y decisión, la propuesta libera al cuerpo de la rigidez normativa del deporte convencional y abre posibilidades para experimentar nuevas maneras de ser y estar en el grupo.

En este sentido, *Baloncesto en Red* materializa la idea de Max-Neef (1993) de que el desarrollo humano no consiste en “tener más”, sino en ser más, mediante procesos que amplían capacidades emocionales, relacionales y expresivas.

Al actuar como un satisfactor sinérgico, la actividad propone una alternativa viable para transformar los espacios educativos y comunitarios, ofreciendo un modelo que promueve el Buen Vivir, la convivencia pacífica y el desarrollo integral de los cuerpos y las relaciones.

## Metodología

### Implementación del Juego Cooperativo como Satisfactor Sinérgico

La intervención corresponde a una sesión experimental de práctica corporal alterativa denominada “**Baloncesto en Red**”, diseñada con el propósito de transformar la lógica competitiva del baloncesto en una experiencia cooperativa, creativa y orientada al desarrollo humano. El diseño es mixto (cuantitativo + cualitativo) para capturar tanto cambios medibles en actitudes y percepciones como transformaciones subjetivas y dinámicas grupales emergentes.

Para ello se diseñó una sesión estructurada en cinco momentos:

1. **Conexión inicial (10 min):** respiración, movilidad suave y saludo corporal por parejas.
2. **Movimientos rítmicos con balón (15 min):** improvisación motriz guiada con ritmos locales.
3. **Circuito cooperativo “Tejido en movimiento” (30 min):** estaciones grupales con tareas de sincronía, pases creativos y construcción de figuras corporales.
4. **Creación colectiva (20 min):** diseño de pequeñas secuencias que representaran valores del Buen Vivir.
5. **Círculo de palabra (15 min):** espacio reflexivo para compartir sensaciones, aprendizajes y emociones.

No hubo objetivos competitivos ni conteo de puntos. Se priorizó la participación equitativa, los roles rotativos, la creatividad y la cooperación.

### 2. Características de la población participante

- **Edad:** 12 a 18 años. (se pueden incluir personas de mayor edad)
- **Número de participantes:** 15 jóvenes.

- **Contexto:** institución educativa de carácter comunitario.
- **Características motrices:** diverso nivel de habilidad; algunos con experiencia deportiva y otros sin ella.
- **Necesidades identificadas:** fortalecimiento de la convivencia, expresión emocional y creación de vínculos.

La propuesta fue diseñada para ser inclusiva y adaptable, garantizando participación equitativa sin importar las habilidades.

### **3. Evaluación del impacto en el desarrollo humano**

Se aplicó una evaluación mixta, con instrumentos cuantitativos y cualitativos:

#### **Cuantitativa**

**Cuestionario pre y post** (escala Likert 1–5) sobre:

- Cooperación.
- pertenencia.
- autoestima corporal.
- manejo emocional.
- creatividad.
- convivencia.

Comparación pre–post permitió observar variaciones en percepciones individuales.

#### **Cualitativa**

- **Rúbrica de observación** del facilitador.
- **Diario de campo**, con registro de interacciones y actitudes emergentes.
- **Círculo reflexivo**, con análisis de narrativas grupales.

#### **Indicadores clave de impacto**

- Aumento en colaboración espontánea.
- Mayor disposición al diálogo.
- Incremento del sentido de pertenencia.
- Expresión emocional más abierta.
- Producciones creativas más complejas y simbólicas.

**Tabla 1**

*Resultados pre y post intervención en dimensiones del desarrollo humano (escala 1–5)*

<b>Dimensión evaluada</b>	<b>Promedio Pre</b>	<b>Promedio Post</b>	<b>Diferencia</b>
<b>Cooperación</b>	3.2	4.4	+1.2
<b>Comunicación asertiva</b>	3.0	4.1	+1.1
<b>Autoestima corporal</b>	2.8	3.9	+1.1
<b>Manejo emocional</b>	3.1	4.0	+0.9
<b>Sentido de pertenencia</b>	3.3	4.5	+1.2
<b>Creatividad</b>	3.0	4.3	+1.3

**Nota.** La tabla muestra los promedios obtenidos en los cuestionarios aplicados antes y después de la actividad “Baloncesto en Red”. Se observa un aumento positivo en todas las dimensiones evaluadas, lo cual sugiere un impacto significativo en el desarrollo humano de los participantes.

## Resultados y Discusión

Los resultados obtenidos en la ejecución de la propuesta Baloncesto en Red evidencian impactos significativos en múltiples dimensiones del desarrollo humano, confirmando la pertinencia de transformar prácticas deportivas tradicionales hacia enfoques cooperativos, expresivos y comunitarios. La actividad, centrada en la cooperación y la creación colectiva, permitió observar cambios cuantitativos y cualitativos coherentes con los enfoques de desarrollo humano revisados en el curso.

En primer lugar, los resultados del cuestionario pre y post mostraron un aumento notable en los puntajes de cooperación, sentido de pertenencia y manejo emocional. Este incremento fue corroborado por las observaciones del facilitador durante el “circuito tejido en movimiento”, donde los participantes demostraron una progresiva capacidad para diseñar estrategias conjuntas, negociar decisiones y ofrecer ayuda espontánea a compañeros con menos habilidades motrices. La disposición a participar en roles rotativos —como facilitador, mediador o cuidador del ritmo— evidenció que los participantes no solo comprendieron la dinámica cooperativa, sino que desarrollaron una actitud de corresponsabilidad que fortaleció la cohesión y la organización grupal.

En términos socioemocionales, emergieron transformaciones profundas. Durante los círculos de palabra, los participantes expresaron sentirse “más tranquilos”, “más escuchados” y “más conectados con el grupo”. Estas afirmaciones dan cuenta del fortalecimiento de necesidades fundamentales como afecto, protección, participación y entendimiento, en coherencia con el Enfoque de Necesidades y Satisfactores de Max-Neef (1993). La eliminación del marcador competitivo redujo la presión asociada al rendimiento, lo cual generó un ambiente emocional seguro. En este contexto, el cuerpo dejó de ser un espacio de tensión o comparación

para convertirse en un canal de expresión emocional y simbólica, tal como lo propone Caicedo (2023) en su análisis de las prácticas corporales alterativas.

En cuanto a las dimensiones creativas, se evidenció una mejora significativa durante la etapa de creación colectiva. Aquí, los participantes diseñaron secuencias simbólicas que representaban valores del Buen Vivir como armonía, reciprocidad, diversidad y cuidado mutuo. La creatividad emergió como un satisfactor sinérgico, pues simultáneamente activó la necesidad de identidad, de creación y de entendimiento. Este tipo de satisfactores, según Max-Neef, tienen la capacidad de potenciar varias necesidades a la vez, lo cual quedó claramente demostrado en el proceso creativo, donde los jóvenes debieron negociar ideas, inventar movimientos y sincronizar sus expresiones para construir una unidad estética y simbólica.

Otro aspecto relevante fue el fortalecimiento del sentido de pertenencia y vinculación comunitaria. Durante las sesiones se observó cómo los participantes desarrollaron formas de comunicación no verbal, gestos de apoyo, sincronía en los desplazamientos y ajustes espontáneos en función del ritmo grupal. Estas manifestaciones reflejan lo planteado por Benavidez (2014) sobre el cuerpo como territorio cultural y espacio de construcción colectiva. El baloncesto, resignificado desde la cooperación, se convirtió en una práctica que permitió a los jóvenes reconocerse mutuamente como sujetos con historias, emociones y modos de habitar el movimiento.

En relación con los enfoques de desarrollo humano estudiados, la propuesta se articuló de manera clara con el Enfoque de Necesidades Humanas Fundamentales de Max-Neef. Cada una de las etapas de la sesión funcionó como un escenario de activación de satisfactores endógenos—aquellos generados desde la propia comunidad participante—, fomentando la autonomía, la capacidad de agencia y la construcción de sentido colectivo. Además, al promover una lógica de

reciprocidad, equilibrio y cooperación, la actividad se alineó con los principios del Buen Vivir, que conciben el bienestar no como un logro individual, sino como una experiencia compartida sustentada en la armonía y la interdependencia.

Finalmente, desde una perspectiva pedagógica y corporal, los resultados muestran que las prácticas corporales alterativas amplían las posibilidades del desarrollo humano, pues permiten integrar dimensiones cognitivas, afectivas, expresivas y relacionales. La actividad no solo transformó temporalmente la dinámica del baloncesto, sino que generó una experiencia significativa que llevó a los participantes a reconfigurar su relación con el cuerpo, el movimiento y el otro. Este impacto confirma que las prácticas corporales, cuando son diseñadas desde enfoques cooperativos y humanistas, constituyen poderosos dispositivos para fortalecer capacidades humanas, promover el bienestar emocional y fomentar la convivencia.

## Conclusión

Los impactos obtenidos a partir de la propuesta alterativa Baloncesto en Red muestran una correspondencia sólida con los argumentos teóricos revisados en el curso y permiten comprender cómo las prácticas corporales pueden convertirse en escenarios de transformación humana y social. Como primera instancia, la experiencia confirma ampliamente la tesis de Caicedo (2023) respecto al potencial de las prácticas corporales alterativas para generar experiencias integradoras entre el cuerpo, la emoción y la comunidad. La intervención mostró que el acto corporal no se limita a la ejecución técnica del movimiento, sino que se expande hacia la construcción simbólica del sentido. Los participantes no solo realizaron gestos deportivos propios del baloncesto; construyeron narrativas corporales colectivas, elaboraron estrategias conjuntas y desarrollaron formas de comunicación no verbal que fortalecieron la cohesión social. Este hecho demuestra que la corporalidad, entendida desde su dimensión sensible y expresiva, se convierte en un medio legítimo para el desarrollo humano, tal como lo argumenta Caicedo en su análisis de las prácticas corporales como experiencias de resistencia, creatividad y vínculo comunitario.

En segundo lugar, la actividad validó de manera clara la propuesta de Max-Neef (1993), al demostrar que un deporte transformado —como en este caso, un baloncesto reconfigurado desde la cooperación y no desde la competencia— puede convertirse en un satisfactor sinérgico capaz de atender múltiples necesidades humanas fundamentales simultáneamente. La intervención permitió observar que los participantes fortalecieron la interacción, ya que debían tomar decisiones consensuadas; experimentaron afecto, al acompañarse emocionalmente durante los desafíos; consolidaron identidad, al sentirse parte activa de un grupo; estimularon la creatividad, al reinventar reglas y dinámicas; y desarrollaron entendimiento, al reflexionar sobre

la importancia de la colaboración en lugar del rendimiento individual. Esta multiplicidad de satisfactores no se evidencia habitualmente en dinámicas deportivas tradicionales centradas en competir y en maximizar resultados, donde generalmente solo se atienden necesidades vinculadas al logro, la eficacia o el reconocimiento externo. Por el contrario, el baloncesto cooperativo permitió abrir un abanico más amplio de dimensiones humanas, lo que confirma la pertinencia del marco de Max-Neef para interpretar prácticas corporales alternativas.

En tercer lugar, los hallazgos coinciden con las ideas de Benavidez (2014) sobre el cuerpo como territorio cultural y espacio de construcción colectiva. Desde esta perspectiva, el cuerpo no es un mero instrumento de ejecución técnica, sino un escenario donde se inscriben saberes, emociones, memorias y formas de relación. La propuesta alterativa Baloncesto en Red facilitó procesos de reconocimiento mutuo, pues los participantes aprendieron a leer los ritmos, habilidades y estilos corporales de sus compañeros; promovió la convivencia, al requerir acuerdos, respeto y adaptabilidad; y estimuló la expresión simbólica, ya que a través del movimiento los participantes comunicaron formas singulares de identidad y pertenencia. En este sentido, la actividad permitió comprender cómo el cuerpo se transforma en un espacio pedagógico mediante el cual se construyen sentidos comunitarios, reafirmando los planteamientos de Benavidez respecto a la dimensión cultural y relacional de la corporalidad.

En su conjunto, estas evidencias permiten concluir que la propuesta alterativa Baloncesto en Red no solo se ajusta a los argumentos teóricos sobre prácticas corporales y desarrollo humano trabajados en el diplomado, sino que los materializa en una experiencia pedagógica concreta. La actividad potenció el bienestar colectivo, fortaleció la convivencia, amplió la participación social y favoreció la cohesión integral dentro del grupo. Asimismo, ofreció un espacio de transformación simbólica que permitió a los participantes resignificar el deporte, no

como escenario competitivo, sino como un territorio de cooperación, afectividad y construcción conjunta.

Finalmente, la intervención demuestra que las prácticas corporales alterativas constituyen un camino viable y pertinente para promover procesos de desarrollo humano en contextos educativos y comunitarios. Al vincular el juego, el movimiento, la creatividad y la reflexión, estas prácticas permiten atender necesidades fundamentales y generar ambientes donde los sujetos pueden desplegar capacidades esenciales para la vida colectiva. Así, Baloncesto en Red se consolida como una propuesta integral que aporta a los enfoques contemporáneos del desarrollo humano y evidencia el potencial transformador del cuerpo como espacio de aprendizaje, expresión y construcción social.

### Referencias Bibliográficas

Benavidez, A. A. (2014). [Cuerpo y Práctica: Abordaje de sus relaciones desde el Basquetbol como Practica Corporal](#) . In VIII Jornadas de Sociología de la UNLP 3-5 de diciembre de 2014 Ensenada, Argentina. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/50769>

Caicedo, E. (2023). [Alteraciones fundamentadas a las prácticas corporales en el desarrollo humano y postdesarrollo mediante el baloncesto.](#) . [Diplomado de profundización para grado]. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/56806>

Neef, M., Elizalde, A., & Hopenhayn, M. (1993). [Desarrollo a escala humana. Una opción para el futuro](#) [Abrir este documento utilizando ReadSpeaker docReader](#), 3. <https://www.unida.org.ar/Virtuales/Eco/DEH.pdf>

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