

Habilidades motrices básicas y su relación con el desarrollo humano una mirada desde el futsal

Daniel Alejandro Marin Muñoz
Código:2018120053

Tutor: JUAN MANUEL VILLANUEVA



Universidad Pedagógica Nacional

Facultad De Educación Física

Licenciatura En Educación Física

Bogotá D.C. – 2025

Dedicatoria

Este logro alcanzado de terminar mi carrera profesional se lo quiero dedicar a mis padres Sandra Muñoz y Antonio Marin, claramente sin la ayuda de ellos nada de esto hubiera pasado, a mis hermanos que también fueron insistentes en este proceso de aprendizaje, a mi pareja que nunca dudo de mí y siempre estuvo ahí apoyándome. Y por último me lo dedico a mi porque a pesar de muchas dificultades puedo decir logro desbloqueado, eso me hace sentir muy orgulloso de la persona que soy tanto como amigo, como hijo, como pareja y ahora como un profesional que busca seguir creciendo.

Daniel Alejandro Marin Muñoz

Agradecimientos

Primeramente quiero darle la gloria y la honra a Dios, quien creo que hace sus cosas de la mejor manera el tiempo de Dios es perfecto, nada pasa por pasar, tiene su propósito, esta es una fecha muy especial para mí, se cierra una puerta pero también abre otras más hoy celebró con mucha emoción una meta cumplida, un camino que claramente no fue fácil son años de sacrificio, llanto, alegrías, amigos, obstáculos, de maestros que de alguna u otra forma ayudaron en ese proceso y hoy doy gracias a ello. Muchos verán el diploma y ahí quedará, pero las personas que estuvimos ahí en el proceso entenderemos que detrás de ese diploma hay una historia muy difícil pero también linda, quiero agradecer a ellos, a mis padres, mis hermanos, mi pareja, mis demás familiares, amigos y claramente a mis maestros que sin duda alguna fueron elemento importante en este proceso, a mi tutor Juan Manuel Villanueva Godoy quien brindo su apoyo y conocimiento en este tramo final del proceso, este título también lleva un trozo de cada uno de ustedes.

Resumen: Teniendo en cuenta desde la experiencia y viendo una oportunidad de trabajo se hicieron intervenciones a un equipo de Futsal Femenino aficionado en el barrio Los Alpes, en la localidad de San Cristóbal Sur, se plantea una propuesta en donde por medio de este deporte se busca determinar la relación que existe en el uso de las capacidades motrices y a su desarrollo humano en dicha práctica en la práctica deportiva.

Palabras claves: Praxiología Motriz, capacidades motrices, educación física, juego, desarrollo humano.

Contenido

Capítulo 1: Caracterización Contextual.....	5
1.1 Caracterización de la realidad.....	5
1.2 Propósito de formación.....	6
1.3 Justificación.....	6
1.4 Estado de arte.....	8
1.5 Marco normativo.....	11
Capítulo 2: Perspectiva Educativa.....	16
2.1 Perspectiva educativa.....	16
Capítulo 3: Diseño De La Propuesta.....	24
3.1 Macrocurrículo.....	24
3.1.1 Perspectiva Curricular.....	24
3.1.2 Características del modelo curricular escogido.....	24
3.1.3 Relación del modelo con el propósito de formación.....	25
3.1.4 Propósitos de la propuesta – PCP.....	25
3.2 Meso currículo.....	26
3.2.1 Fases de la propuesta.....	26
3.2.2 Instrumentos de recolección de información.....	27
3.3 Microcurrículo.....	27
3.3.1 Contextualización de la institución.....	27
3.3.2 Desarrollo de la propuesta.....	27
3.3.3 Cronograma de las sesiones.....	28
Capítulo 4: Sistematización de la experiencia.....	29
4.1 Análisis de la experiencia.....	29
4.2 Con Respecto al Objetivo.....	30
Capítulo 5: Conclusiones Y Proyecciones.....	32
Anexos.....	34
Referencias.....	35

Capítulo 1: Caracterización Contextual

1.1 Caracterización de la realidad

Problematización

Teniendo en cuenta desde la Experiencia y algunas observaciones que se hicieron a un equipo de Futsal Femenino aficionado en el Barrio Los Alpes, en la Localidad de San Cristóbal Sur, se logra identificar que, en la mayoría de sus juegos algunas de las jugadoras presentan algunas falencias en cuanto a capacidades coordinativas, en tanto a la orientación, en el equilibrio, en la agilidad, en la recepción entre otros.

Por tal razón se cree que es necesario acudir a dar una solución pertinente clase por clase, para brindar un proceso donde desarrollen capacidades coordinativas motrices tanto para su práctica deportiva como para su vida y así mismo potencien cada una de las falencias que se vayan dando, esto en pro de un desarrollo humano y una mejora de dichas prácticas. Es importante mencionar que uno de los autores de este PCP, tiene contacto con la comunidad y por ende se llegó a este grupo de mujeres deportistas, es desde acá que surge la preocupación y la intención de ir a observar la práctica y seguido de esto poder brindarles unas herramientas para su desarrollo humano.

Se buscará el desarrollo motriz de esta población en particular, para poder utilizar dichas capacidades, y así mismo se pueda reconocer la importancia de estas prácticas en función de su calidad de vida, haciendo uso del conocimiento disciplinar como docentes en el área de Educación Física, utilizando la práctica del Futsal como estrategia para el desarrollo integral, con el objetivo de poder llegar a ver una mejora al final de dichas intervenciones.

1.2 Propósito de formación

Contribuir a la formación integral del ser humano a través de la práctica del futsal, fomentando el uso de habilidades en las dimensiones motrices, cognitivas y sociales.

Pregunta problema: ¿De qué manera la práctica del futsal fomenta el uso de las habilidades motrices básicas y favorece el desarrollo humano en los ámbitos motriz, cognitivo y social?

1.3 Justificación

Es necesario mencionar que desde la experiencia se evidencia que la práctica del futsal conlleva primeramente usar de manera muy importante las capacidades motrices en lo deportivo, sin embargo la coordinación dinámica general nos sirve como una herramienta en el aprendizaje del ser humano, ya que en dicha práctica se mejora tanto las habilidades desde la motricidad y desde el desarrollo humano se trabaja la interacción social y aspectos cognitivos que son elementos de suma relevancia en los procesos educativos como su principal punto de desarrollo, además el futsal es un deporte en conjunto en donde el ser humano se ve involucrado en diferentes contextos ya sea ámbitos personales o colectivos.

Cuándo se trabajan en las habilidades se hace primero un desarrollo a nivel deportivo y formativo y por otro lado es intentar percibir desde que punto también contribuyen las dimensiones en general del ser humano, entonces es allí donde se hace necesario abordar la coordinación dinámica general para encontrar esa relación en el

desarrollo del ser humano, además teniendo en cuenta la labor docente y la educación física como eje principal es también necesario que desde nuestro conocimiento se puedan lograr estas dinámicas pedagógicas para relacionar precisamente la enseñanza con las capacidades a trabajar.

para abordar la praxiología Motriz y que nos propone Parlebas que dice:

“La praxiología motriz es la ciencia de la acción motriz, de las condiciones, de las formas de desarrollo y de los resultados que produce.”

(Parlebas, 2001, p. 41) es por ello que el futsal sirve como medio ya que no solo se implementa la técnica, sino que se buscan también relaciones de interacción social es decir la sociomotricidad.

El proyecto curricular particular trata de identificar y así mismo contribuir al desarrollo humano y mejora de la coordinación dinámica general de un grupo de mujeres que hace parte de un equipo de futsal del barrio en el que viven, el ser humano posee una cantidad de experiencias corporales que le permiten formarse a lo largo de la vida. en ese sentido desde nuestro campo disciplinar la educación física aporta a la construcción del desarrollo humano, es preciso mencionar que se va a utilizar el futsal como estrategia de trabajo porque es lo que este grupo de personas practican en su tiempo libre y por ende desde allí se quiere relacionar el futsal en función tanto de lo deportivo y el desarrollo del ser humano.

También es importante tener en cuenta el contexto social en referencia a (Durkheim,1895) quien habla de la sociedad, en donde constituye o se ve como un poder

social que de alguna manera regula a los individuos a que dependan de los otros y así mismo formar una convivencia, en donde se va constituyendo como ser humano y se va reorganizando como individuo en donde se podrá ver cómo es su actuar en relación al hecho social, su manera de pensar y de sentir.

Por tal motivo es importante mencionar que como docentes y educadores físicos se reconocerá que dentro de la propuesta se tendrá que dar la tarea de contribuir al desarrollo del potencial humano es por esto que en esta intervención se quiere contribuir en la práctica de coordinación dinámica general en estas mujeres para el mejoramiento en la práctica deportiva del fútbol, sin embargo, se quiere llegar a encontrar la influencia a nivel social, ya que como bien se menciona anteriormente. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, este PCP se lleva a cabo para brindar herramientas, posibilidades y estrategias en función tanto de su formación deportiva como en su desarrollo humano

1.4 Estado de arte

Tabla 1 – Antecedentes

CUADRO SINTESIS ANTECEDENTES		
Documento	Autor, Año y Localidad	Aportes Al PCP

<p>“Análisis comparativo de las capacidades coordinativas y su influencia en los fundamentos técnicos del fútbol de salón en los estudiantes de 15– 17 años de edad de las instituciones educativas Eduardo Mendoza Varela, Enrique Olaya herrera y técnica valle de tensa del municipio de guateque Boyacá en el año 2014.”</p>	<p>Niño Díaz José Andrés,2014</p> <p>Local</p>	<p>Este Documento brinda Elementos en cuanto a las capacidades coordinativas y además hacer una relación con fortalecer los procesos Pedagógicos en la educación física por tal motivo es de gran importancia en la propuesta que el grupo tiene con el grupo de mujeres ya que brinda Elementos de conceptos técnicos los cuales evidentemente sirven a la hora de ejecutar las diferentes capacidades coordinativas</p>
<p>Construcción de Subjetividades de jóvenes por medio de la práctica deportiva escolar del futbol de salón femenino: Análisis desde la perspectiva de género.</p>	<p>Abril Miranda Gissel Paola y Huertas Baquero Jessica Paola, 2021</p> <p>Local</p>	<p>Este trabajo hace ya es un aporte teniendo en cuenta la práctica deportiva del fútbol de Salón en un grupo de mujeres, entonces brinda algunas actividades que se pueden utilizar a la hora de la implementación entendiendo que es un elemento que funciona en tanto a la Educación Física.</p>

<p>Potencializar el desarrollo de las capacidades coordinativas por medio del skateboard, desde una perspectiva social.</p>	<p>Álvarez Valdés Néstor Andrés Lizarralde Rodríguez Juan Camilo.2013 Local</p>	<p>Este es un trabajo de la Universidad que nos permite guiar el trabajo primero en la estructura general del Proyecto y segundo en tenerlo como herramienta para el Desarrollo motriz que el grupo está tratando de hacer ya que este también habla acerca del componente motriz entendiendo que utilizan otra estrategia de enseñanza que es skateboard.</p>
<p>“Capacidades físicas en el entrenamiento deportivo del futsal de la categoría inferior de la unidad educativa san Alfonso maría de ligorio del cantón Ambato provincia de Tungurahua”</p>	<p>Mejía Gómez Germania Alexandra, 2015 Local</p>	<p>En este documento hablan del Entrenamiento deportivo y de alguna u otra manera se relaciona con la propuesta del grupo ya que se busca en la implementación utilizar clases con un grupo de mujeres en el ámbito del deporte que es el futsal, claro que no es tema central pero si se va a trabajar en ello, también es encontrar una relación en como el Sujeto se desarrolla en su diario vivir y también con las necesidades sociales, entonces esto permite</p>

		que se desarrolle el tema de las Capacidades coordinativas en la práctica del Fútbol y su función para el Desarrollo Humano.
--	--	--

1.5 Marco normativo

Para este proyecto se determinarán unas pautas legislativas, desde donde se podrá manejar un trabajo dentro de la validez legal del mismo, claro está, que pueda aportar lo suficiente para el desarrollo del proyecto. Se dará una mirada primeramente en el ámbito internacional, desde la visión de la declaración universal de los derechos humanos y la Organización De Las Naciones Unidas (Unesco).

Esto estableciendo primordialmente que la educación, es un derecho fundamental en la vida de cualquier sujeto, y la educación física, va entrañada dentro este, ya que esta rama de la educación se establecerá como factor importante dentro de este proyecto. Se dará una mirada acorde a lo que se busca en desarrollo de la práctica educativa, dando valor al desarrollo del estudiante, donde se establezca la importancia de la calidad de educación que se le dará. Se recalcará el derecho a la educación, donde tiene que ser gestionado como un derecho fundamental gratuito, con bases suficientes para el desarrollo integral, cognitivo o motriz del niño o joven al que se le llegue a brindar y no se llegara a realizar ningún tipo de discriminación por parte de los profesores o estudiantes, frente a: religiones, género, color de piel, ideologías políticas, entre otras. Como bien dice la Unesco:

“La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) promueve los derechos humanos y el estado de derecho en sus esferas de competencia, con especial hincapié en el derecho a la educación, el derecho a la información, la libertad de opinión y de expresión, los derechos culturales, y el derecho a participar en los avances científicos y participar en el progreso científico.” (Unesco, s.f.)

Esto es por lo que se quiere hacer énfasis al derecho a la educación, donde no se justifique ningún tipo de discriminación por parte de nadie, ya que se llevara a cabo el proyecto, con afectación directa al desarrollo motor y físico de un grupo específico de mujeres, por ende, también se quiere citar el artículo 2 de la carta Internacional de los Derechos Humanos.

“Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.” (ONU, 2015)

Sin embargo, se quiere dejar en claro, que, como sujetos pensantes y autónomos, no se dejara de lado el sentido político de cada persona y no se dejara aislado este tipo de temas, ya que se evidenciara en el transcurso, el discurso político de cada individuo, dando espacio a los requerimientos políticos del momento, como coyuntura pasante del estado democrático del país.

Ahora bien, en este proyecto se buscará la igualdad de género, ya que se trabajara con un grupo de mujeres entre 18 y 35 años de edad, y por esto se quiere mencionar la CEDAW (Committee on the Elimination of Discrimination against Women) o en español (Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer) En este se evidencia como la educación es uno de los derechos más primordiales para todo ser humano.

Con esto se quiere dejar en claro que todos tienen el mismo derecho educacional en cualquier circunstancia presentada. Se referenciará el artículo de 10 de la CEDAW con ámbito al derecho de la mujer a la educación.

“Las mismas condiciones de orientación en materia de carreras y capacitación profesional, acceso a los estudios y obtención de diplomas en las instituciones de enseñanza de todas las categorías, tanto en zonas rurales como urbanas; esta igualdad deberá asegurarse en la enseñanza preescolar, general, técnica, profesional y técnica superior, así como en todos los tipos de capacitación profesional” (ONU, 1979)

Se puede llegar a evidenciar que de un tiempo para acá todo tiene que ser en igualdad, sin importar género, creencia religiosa, ideologías políticas o color de piel. Ahora bien, se tiene que dejar en claro que los derechos de la mujer, van a ser parte fundamental de este proyecto dentro de este marco legal, ya que es el factor importante de este, así que como bien se dijo en la cita anterior, se tiene que dar todo por igual a una mujer dentro de la ONU, esto para poder crear un ambiente acorde a lo que se quiere y se necesita dentro de este proyecto. Es por eso que se buscara la manera de poder ejercer todo tipo de ejercicio, condiciones o metodologías, donde se pueda llegar a dar todo el potencial para las personas involucradas.

Ya indagando en el entorno nacional, se encuentre dentro de la constitución política de Colombia el artículo 27:

“El Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra.” (Colombia, 1991)

Es desde acá que se empieza a visualizar y encaminar todo de dentro este proyecto, con veras a dar el resultado esperado ya que, desde lo nacional se empieza a evidenciar todo derecho fundamental que tienen las personas dentro de la Nación del estado colombiano. Por

ende, también se quiere traer a colisión el artículo 67 de la constitución política, donde recalca la importancia de la educación en Colombia.

“La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.

El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica.

La educación será gratuita en las instituciones del Estado, sin perjuicio del cobro de derechos académicos a quienes puedan sufragarlos.

Corresponde al Estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los educandos; garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo” (Colombia, 1991)

Se garantiza el proceso moral, intelectual, y físico a toda persona que esté en el territorio colombiano, siendo este un estrecho acuerdo desde lo nacional, hacia este proyecto, ya que se busca desde los objetivos del mismo, asegurarse en dar un discurso pedagógico, donde se pueda dar una mejora en todo tipo de habilidad que se requiera dentro del trabajo, como se podrá expresar más adelante desde primordialmente unas habilidades básicas, pero también desde un ámbito cognitivo y moral, donde puedan llegar a ver un proceso, donde

interioricen consigo mismo, un proceso y un discurso que lo posibilite a construirse como un ser íntegro y servicial al desarrollo de las practicas, esto regido desde el ámbito educacional.

Capítulo 2: Perspectiva Educativa

2.1 Perspectiva educativa

Para seguir dándole argumentación a la propuesta de intervención, se utilizará al señor Manfred Max Neef (1986) y su teoría sobre el Desarrollo a Escala Humana. En primer lugar, es necesario identificar el concepto que propone Neef, el cual trata de reconocer el centro del ser humano y su dimensión a nivel del desarrollo, entendiendo que este siempre debe referirse a las personas y no a los objetos. Esta teoría, además, se fundamenta en la búsqueda del desarrollo humano a través de la satisfacción de las necesidades humanas básicas, entre las que se encuentran la participación, el ocio, la identidad, la protección y la libertad, entre otras, todo ello en pro del Desarrollo Humano.

En este momento vamos a tener en cuenta cuatro de las nueve categorías que propone el autor las cuales son ser tener hacer y estar. La primera la que hace referencia es a encontrar esa identidad esa personalidad es como la forma en la que nos percibimos a nosotros mismos y como percibimos a los demás ya en la segunda él se refiere como a los recursos bienes y servicios que pues poseemos o tenemos acceso en la tercera él se refiere a las acciones a las actividades que el alumno realiza para satisfacer estas necesidades cuando habla de estar se refiere a el contexto el entorno a esa situación en la que nos encontramos en un momento determinado

Desde esta perspectiva, se deben comprender estas necesidades en el contexto social donde se desarrolla el PCP. Por ende, la propuesta busca trabajar sobre estas características mencionadas anteriormente, analizando qué factores de dicho contexto afectan al desarrollo humano de los individuos y de qué manera se puede contribuir a fomentar dicho desarrollo.

En consecuencia, se podría afirmar que el desarrollo a escala humana se refleja de manera transversal no solo en el proyecto curricular particular, sino también en la Educación Física. De este modo, el rol del maestro adquiere gran relevancia, pues debe procurar suplir las necesidades del ser humano, lo cual puede materializarse en diferentes proyectos y prácticas educativas.

Ahora bien, desde un enfoque también humanístico es indispensable abordar el contexto social, puesto que desde este componente cumple un papel fundamental en el proceso de Desarrollo Humano, por ejemplo, puede relacionarse con la práctica social a la que hace referencia Emilio Durkheim en *Las reglas del método sociológico* (1895). Para este autor, la educación es un hecho social en el que existe una relación entre sociedad y sujeto, reflejada en la forma de actuar, pensar, obrar y sentir. Así, se evidencia que las prácticas sociales son actividades colectivas que se constituyen a lo largo del tiempo.

Teniendo en cuenta esta reflexión contextual, es importante abordar el componente pedagógico, el cual se fundamenta en el modelo pedagógico constructivista. En esta línea, Piaget (1975) señala que el aprendizaje se evidencia en la interacción entre los sujetos y el medio, a través de procesos de asimilación y acomodación. Relacionando esto con el fútbol, se puede afirmar que la coordinación dinámica general no se entrena como una simple habilidad, sino como una práctica en construcción constante. Por su parte, Vygotski (1978) introduce la noción de aprendizaje como proceso social, en el que la interacción entre pares y con el entrenador resulta determinante para alcanzar aprendizajes que luego podrán desarrollarse de manera autónoma. También el autor propone lo que él denomina la zona de

desarrollo próximo (ZDP) Que es la distancia entre lo que el alumno puede hacer por sí solo y lo que puede llegar a hacer con la ayuda de otro que tenga más conocimiento esta mirada lleva a entender que la enseñanza debe estar dentro de la ZDP ofreciendo herramientas para que le permitan avanzar al estudiante a unos niveles más complejos de aprendizaje y de comprensión de esta manera el docente es el mediador facilitando herramientas experiencias compartidas que lleven a una reflexión o una resolución de problemas y apropiación de saberes donde el diálogo y la colaboración se vuelven ejes fundamentales para la construcción de sujetos críticos reflexivos y de la construcción de significados.

Además teniendo en cuenta esta mirada pedagógica sería importante también remitirnos a David Ausbel (2000) que nos habla del aprendizaje significativo, ya que este autor propone que la persona sea capaz de asociar la información que el posee con la que se le brinda, es decir que, los conocimientos previos, condicionan los conocimientos nuevos, las experiencias del ser humano tienen una importancia y un significado particular y subjetivo ya que se presentan una cantidad de relaciones en cuanto al contexto, la intención, la interpretación, la comprensión y el conocimiento de diferentes prácticas “La adquisición de conocimientos de una materia en cualquier cultura es básicamente una manifestación del aprendizaje basado en la recepción” (Ausbel, 2000, p.33), es decir que el aprendizaje de cada estudiante depende del conjunto de conceptos, conocimientos, ideas previas que se relacione con la nueva información que se le está brindando.

Por otra parte Ausbel propone 3 Características en cuanto al aprendizaje significativo, una de ellas es que hay que entender que el conocimiento previo son más pertinentes que el nuevo que se le está dando a la persona ya que por medio de este va a

adquirir un aprendizaje significativo porque el ya posee un conocimiento previo, otra característica es que hay que percibir similitudes, diferencias, relaciones entre los conceptos nuevos y ya existentes, y por último es la reformación de su aprendizaje en función de la mejora del mismo. (Ausubel 2000).

Para la propuesta del proyecto curricular particular es muy importante el aprendizaje significativo ya que el desarrollo de las capacidades coordinativas es un proceso continuo, teniendo en cuenta que las personas a trabajar ya poseen un conocimiento previo, lo que se busca entonces es incrementar el uso de estas capacidades y que logren asociarlas en su diario vivir.

las habilidades motrices básicas se van desarrollando de manera continua entendiendo que las realizaciones de dichas prácticas conllevan a la otra y así mismo la relación entre ellas, lo que ayuda al análisis de que el alumno incorpora el contenido conceptual y práctico de estas habilidades a la estructura cognoscitiva y que además incorpore en su vida diaria. para Ausubel (1983), “hay aprendizaje significativo si la tarea de aprendizaje puede relacionarse, de modo no arbitrario y sustancial (no al pie de la letra), con lo que el alumno ya sabe y si éste adopta la actitud de aprendizaje correspondiente para hacerlo así”. (p. 37) esto permite que se le pueda brindar a esta comunidad y que les ayude de manera significativa en su diario vivir por las diferentes relaciones que se presentan.

Finalmente, siguiendo esta perspectiva disciplinar, se incorpora la praxiología motriz, propuesta por autores como Legardera Otero y Lavega Burgués (2003). Esta tendencia busca estudiar las acciones motrices que emergen en cualquier situación deportiva o lúdica, entendiendo que todo juego constituye un sistema complejo de interacciones. De esta manera,

la praxiología permite comprender al cuerpo como un elemento de relaciones sociales, donde la acción motriz no solo moviliza músculos, sino que también transmite significados y construye estrategias.

Teniendo en cuenta el proceso académico se pretende trabajar la psicomotricidad, para este concepto se abordarán dos autores que en este caso son de Jean Piaget (1971) y Jean Le Boulch (1981). Entonces empezaremos con Piaget que menciona que la psicomotricidad es la relación entre el cerebro, el cuerpo y la conciencia, él dice que el pensamiento proviene de la coordinación ya sea de movimientos externos, de los movimientos del cuerpo y aquellos estímulos sensoriales que posteriormente logran procesos mentales más complejos. Cuando se refiere a los actos externos, es por ejemplo cuando vamos a caminar y luego girar a un lado, ahí precisamente existe una relación de lo que se está mirando y el cerebro interviene con lo que queremos hacer, la lluvia del ambiente que recibimos es un mensaje y ahí actuamos, esto sería un estímulo, que nos hace correr, protegernos de la lluvia, es importante entender que Piaget hace referencia a que las capacidades físicas no es que necesiten de un entrenamiento sino el pensamiento que hace conexión entre los músculos y las actividades sensoriales, en los juegos no se califica o no se evalúan las capacidades sino el pensamiento a la hora de realizar cierta actividad. Por otro lado, es fundamental hablar desde la teoría de Piaget sobre la psicomotricidad de dos conceptos que se relacionan con lo anterior mencionado y es la asimilación y la acomodación, él hace referencia a que son dos procesos adaptativos y que uno no puede estar separado del otro. Además de ello lo que es relevante en este caso es la experiencia.

La asimilación puede definirse como la acción del organismo sobre el medio, es decir que los conocimientos se van perfeccionando a medida del tiempo y a lo que ya se conoce y la acomodación sería el ejercicio o acción que ejerce el medio sobre el ser humano por eso es que el sujeto es capaz de adaptarse a cualquier situación que se le presente.

Partiendo de lo anterior se puede relacionar lo que dice Piaget y Le Boulch y la propuesta, ya que para la elaboración y ejecución del mismo va hacer de gran ayuda para comprender como está inmersa la psicomotricidad a la hora de realizar cualquier tipo de actividad física, sin embargo, considero que no es simplemente la psicomotricidad sino otros elementos que tenemos que ir investigando y conociendo que posibiliten una mejor comprensión de dicho concepto dentro de nuestro proyecto.

La psicomotricidad es una orientación a nivel educativo y terapéutico que intenta reconocer el movimiento como un eje central para el desarrollo del sujeto es decir que no se trata solo de habilidades motrices, sino que también requiere de la relación entre las emociones, las acciones y el cuerpo. “La educación psicomotriz concibe el movimiento como un medio privilegiado para el desarrollo global del niño, integrando las dimensiones motoras, cognitivas y afectivas” (Le Boulch, 1991, p. 27). El autor, propone que el movimiento es una herramienta de construcción ‘para el sujeto, es decir que por medio de este el cuerpo construye identidad, que construye sus relaciones con el mundo y con el otro.

Desde esta mirada se entiende al movimiento como un medio para la formación integral de la persona, ya que el autor mantiene esta idea, que, a través de experiencias corporales, de habilidades motrices, de la percepción, la orientación espacial y temporal, se va construyendo el cuerpo y que además estas funciones, aparte de ser fisiológicas, también

hacen parte la acción motriz y de la solución de problemas, es decir que toda acción motriz tiene un carácter educativo y también formativo.

con respecto a lo anterior y a la psicomotricidad encontramos entre los más reiterativos: la tonicidad o función tónica, la postura y el equilibrio (ajuste postural), el esquema corporal, la coordinación motriz, y en cuanto a la estructuración de los ejes corporales y el entorno se desarrolla la lateralidad, la espacialidad y la temporalidad entonces es donde el proceso de enseñanza-aprendizaje del movimiento es como la forma de llegar a conseguir una particular forma de ser individual.

Por otro lado, y no menos importante también es importante apoyarse de la sociomotricidad que propone Parlebas (2001). El autor entiende la acción motriz como el elemento central de la Educación Física y distingue entre interacciones socio motrices de antagonismo (cuando existen adversarios o contrincantes) y de cooperación (cuando los participantes se ayudan y complementan). Desde esta óptica, los deportes colectivos como el futsal son espacios privilegiados para desarrollar valores y aprendizajes sociales. Además Esta teoría resalta que toda acción motriz conlleva a una relación social que el movimiento dentro de la práctica deportiva no puede verse de manera aislada sino que como un sistema de interacciones sociales entre las alumnas, según el autor las acciones motrices están relacionadas con procesos de cooperación oposición y comunicación que ayudan a una lógica interna dentro de la práctica deportiva esto quiere decir que más allá de las habilidades físicas y la técnica requiere que los sujetos desarrollen competencias donde se evidencie y se trabaje lo social lo cognitivo lo emocional en situaciones reales de la práctica, en este caso el futsal, Como por ejemplo en donde la cooperación la participación con los compañeros demandan

anticipación toma de decisiones, comunicación verbal y no verbal. Por consiguiente, desde esta perspectiva de la sociomotricidad se entiende el juego o la práctica deportiva como eje transversal en donde por medio del movimiento el estudiante construye relaciones sociales y además fortalece su desarrollo humano

A manera de conclusión, todos estos aportes desde lo pedagógico como también él desde el desarrollo a escala humana hasta los componentes de la praxiología motriz como la psicomotricidad y sociomotricidad refuerzan dicha propuesta del proyecto curricular particular, al evidenciar que la Educación Física y el futsal no solo fortalecen las habilidades motrices, sino que también contribuyen al desarrollo humano integral en sus dimensiones personales, sociales y culturales.

Capítulo 3: Diseño De La Propuesta

3.1 Macrocurrículo

3.1.1 Perspectiva Curricular

De acuerdo con Frida Díaz Barriga (2006), el currículo no puede ser reducido a un listado de contenidos o asignaturas, sino que debe comprenderse como una práctica social, cultural e histórica, que permite formar sujetos críticos y reflexivos. Bajo esta mirada, el diseño curricular responde a un proceso dinámico que integra el contexto, las necesidades de los estudiantes y las orientaciones institucionales.

Díaz Barriga plantea cuatro etapas fundamentales para la construcción curricular:

1. Determinar el contexto: reconocer las dinámicas institucionales y las estrategias posibles.
2. Investigar: indagar las necesidades de los estudiantes y la pertinencia de los contenidos.
3. Definir: establecer orientaciones básicas del plan de estudios, competencias, saberes y capacidades.
4. Traducir: convertir el proyecto institucional en un currículo concreto, con propósitos pedagógicos, secuencias y estrategias.

Este proyecto curricular particular se fundamenta en estas etapas, entendiendo que la práctica del fútbol se convierte en un espacio pedagógico para fortalecer la coordinación dinámico-general y, al mismo tiempo, promover el desarrollo humano integral de las participantes.

3.1.2 Características del modelo curricular escogido

El modelo curricular basado en Díaz Barriga asume un enfoque crítico-reflexivo, que concibe el aprendizaje como un proceso activo, social y situado. Se caracteriza por:

- Articulación entre teoría y práctica.

- Reconocimiento del contexto social y cultural de las estudiantes.
- Desarrollo de competencias cognitivas, motrices y sociales de manera integrada.
- Diseño flexible que responde a las necesidades emergentes en la práctica.
- Uso del deporte (fútbol) como estrategia pedagógica y no solo técnica.

3.1.3 Relación del modelo con el propósito de formación

El modelo crítico de Díaz Barriga se relaciona directamente con el propósito de formación definido en este PCP: contribuir al desarrollo integral del ser humano a través de la práctica del fútbol, fortaleciendo la coordinación dinámico-general y potenciando dimensiones motrices, cognitivas y sociales. De esta manera, el currículo se convierte en un medio para que las jugadoras no solo mejoren sus habilidades motrices, sino que también desarrollen habilidades de convivencia, comunicación y reflexión sobre su cuerpo y sus experiencias.

3.1.4 Propósitos de la propuesta – PCP

Objetivo general de la propuesta

Fomentar el uso de las habilidades motrices básicas en la práctica del fútbol, contribuyendo al desarrollo humano integral de las participantes en sus dimensiones motrices, cognitivas y sociales.

Objetivos específicos – fases – unidades

Tabla 3 – diseño curricular

Objetivos específicos	Fases	Unidades didácticas
Identificar las habilidades motrices básicas como caminar, correr, lanzar, atrapar, saltar a través de juegos motores vinculados al fútbol.	Reconocimiento corporal y coordinación básica.	Juegos predeportivos de fútbol.
Planear actividades psicomotrices y sociomotrices que busquen acercarse al desarrollo físico, cognitivo y social de las participantes del equipo de fútbol	Construcción colectiva del juego.	Estrategias cooperativas y roles en equipo.
Reflexionar y analizar sobre la experiencia vivida, integrando aprendizajes motrices, cognitivos y sociales que potencien el desarrollo humano.	Del juego a la vida cotidiana.	Fútbol como experiencia social y cultural.

Tabla 1

Esquema general de la propuesta

- Etapa inicial: diagnóstico y reconocimiento corporal.
- Etapa intermedia: desarrollo de capacidades coordinativas en el fútbol.
- Etapa final: reflexión y transferencia al ámbito social y personal.

3.2 Meso currículo

3.2.1 Fases de la propuesta

La propuesta se organiza en tres fases, que guardan coherencia con el problema identificado y el propósito formativo:

- a) Reconocimiento corporal y habilidades básicas: juegos de correr, saltar, lanzar, atrapar y patear.
- b) Construcción colectiva del juego: trabajo en equipo, estrategias cooperativas, roles y toma de decisiones en el fútbol.
- c) Del juego a la vida cotidiana: reflexión sobre los aprendizajes motrices y sociales, y su aplicación en contextos de desarrollo humano.

3.2.2 Instrumentos de recolección de información

Para evaluar el proceso y los logros de la propuesta se utilizarán:

- Diarios de campo: registros descriptivos y reflexivos de cada sesión.
- Listas de cotejo: observación de las capacidades coordinativas trabajadas (orientación, equilibrio, agilidad, reacción).
- Autoevaluaciones colectivas: espacios de diálogo donde las participantes reflexionan sobre su progreso individual y grupal.

3.3 Microcurrículo

3.3.1 Contextualización de la institución

- Grupo intervenido: equipo aficionado de fútbol femenino del barrio

Los Alpes, localidad San Cristóbal Sur, Bogotá.

- Edades: mujeres entre 18 y 35 años.
- Espacios: cancha múltiple del barrio.
- Materiales: balones de fútbol, conos, aros, colchonetas, petos y

elementos adaptados según necesidad.

3.3.2 Desarrollo de la propuesta

La intervención pedagógica se centra en diseñar y ejecutar sesiones de fútbol con énfasis en las habilidades motrices básicas. Cada sesión articula juegos motores, actividades cooperativas y reflexiones colectivas, buscando responder a la pregunta problema,

3.3.3 Cronograma de las sesiones

Tabla 4 – sesiones de clase

Sesión	Propósito
1	Reconocer el cuerpo y diagnosticar habilidades motrices básicas
2	Desarrollar la cooperación a través de juegos de desplazamiento y reacción.
3	Trabajar situaciones problemáticas en fútbol y como actuarían
4	Favorecer la agilidad mediante circuitos y juegos predeportivos.
5	Integrar habilidades motrices en secuencias de juego colectivo.
6	Potenciar la cooperación en dinámicas sociomotrices.
7	Trabajar la comunicación y toma de decisiones en el fútbol.
8	Desarrollar partidos aplicados con énfasis en las capacidades motrices.
9	Reflexionar colectivamente sobre los aprendizajes vividos.
10	Sistematizar la experiencia y transferirla al desarrollo humano cotidiano.

Capítulo 4: Sistematización de la experiencia

4.1 Análisis de la experiencia

El proceso permitió identificar una evolución significativa en las habilidades motrices básicas de las participantes. En las primeras sesiones predominaba la rigidez corporal, la falta de sincronía y la dificultad para anticipar movimientos del juego. Sin embargo, mediante las estrategias lúdicas y cooperativas, se observó un aumento progresivo en la agilidad, el equilibrio y la orientación espacial.

A nivel pedagógico, la experiencia mostró que el aprendizaje significativo Ausubel, 2000 se construye cuando el cuerpo se convierte en el centro de la experiencia. El futsal, más que un deporte, fue el medio para activar la inteligencia corporal y social, promoviendo procesos de autorregulación, confianza y comunicación.

Desde el plano social, se consolidó un sentido de pertenencia y solidaridad entre las participantes. Las dinámicas cooperativas fortalecieron los lazos del grupo, transformando la competencia en colaboración. Muchas de las jugadoras expresaron que las sesiones no solo mejoraron su rendimiento físico, sino que también influyeron en su forma de relacionarse fuera del campo: “aprendimos a escucharnos, a jugar en equipo y a confiar”.

La sistematización permitió comprender que los desarrollos de las habilidades básicas no se limitan al control motriz, sino que implica una reorganización simbólica del cuerpo, donde se integran lo emocional, lo social y lo cognitivo. En palabras de Parlebas (2001), cada acción motriz es un acto cargado de sentido, un mensaje dentro del juego social.

Por su parte, el enfoque de Díaz Barriga se evidenció en la construcción curricular situada: las sesiones se adaptaron según las necesidades del grupo, demostrando que el currículo no se impone, se construye colectivamente.

Teniendo en cuenta con lo que propone Vygotsky (19) el aprendizaje y el desarrollo humano se va construyendo por medio la interacción social, en el que el sujeto empieza a transformar sus conocimientos ya sea por medio del maestro en formación o por alguna compañera de mayor edad o mayor conocimiento, continuando desde esta mirada, las actividades sociomotrices propician espacios en donde las acciones motrices claramente transforman al sujeto además de comunica y expresa sensaciones y emociones, en este caso en las mujeres se evidencia una comunicación y una colaboración para la ejecución de las sesiones de clase que ayudo a facilitar el aprendizaje.

4.2 Con Respecto al Objetivo

En cuanto al primer objetivo general que es fomentar el uso de las habilidades motrices básicas en la práctica del futsal, contribuyendo al desarrollo humano integral de las participantes en sus dimensiones motrices, cognitivas y sociales. se pretende comprender la relación que presentan los autores en sus respectivas teorías. en cuanto a lo que propone Max Neef sobre satisfacer necesidades se toma la experiencia cuando el grupo empezó a tomar cambios para trabajar en equipo donde fuera más importante la participación del otro, poder comprender las reglas ya establecidas y generar nuevas además de llevarlas a generar estrategias diferentes, es entonces estos elementos que permiten llegar a comprender también la identidad en cuanto a cómo se sienten y hacen sentir al otro por medio de estas relaciones. allí se puede relacionar a Parlebas en cuanto a la sociomotricidad ya que todas estas acciones motrices que realizamos en todas la sesiones posibilitan o brindan la oportunidad de estar en una interacción social constante donde implementaron elementos como la comunicación y la cooperación, es decir que todas las participantes se van construyendo por medio de la relación con el otro, por otra parte también se evidencio que Lev Vigotski también nos ayuda a fundamentar la idea que estamos presentado ya que el propone que el aprendizaje también

se da socialmente por medio de la interacción con el otro es entonces que lo relaciono con la zona de desarrollo próximo, comprendiendo que tanto las personas con un aprendizaje más avanzado en el grupo con también la persona a cargo de la sesión servían como mediación en busca de su desarrollo potencial.

Además esta experiencia llevo a a generar un ambiente de aprendizaje en cuanto a la toma de decisiones y la construcción social de la persona por ende esta propuesta tiene una gran motivación en generar una oportunidad de constante aprendizaje donde vean la práctica del futsal como un elemento de gran ayuda en su formación de ser humano por medio de todas estas estrategias ya mencionadas anteriormente, lo fundamental son las formas de cómo se enseña y para el que se enseña la práctica deportiva, entendiendo que además de la técnica también brinda elementos para su transformación de ser humano.

Capítulo 5: Conclusiones Y Proyecciones

En este proyecto curricular particular titulado “Habilidades motrices básicas y su relación con el desarrollo humano una mirada desde el futsal”, se determina que al ser una práctica pedagógica hace que no se quede solo en ejecutar alguna acción, sino que además logre trascender de alguna u otra forma tanto al participante como también se vea reflejada en la educación física, ya que esta propuesta se presenta como un eje en donde esta educación física no sea vista solo en correr o realizar actividad física sino como una educación física que fundamenta y trae muchos más elementos sociales y que sirven en si para la vida misma. Es por eso que en esta propuesta se habla de la sociomotricidad, de la psicomotricidad, del aprendizaje significativo, de todos estos elementos que dan una idea de comprender la educación física en función del ser humano.

Uno de los aprendizajes de esta propuesta de la intervención se ve reflejado en la relación de las clases y lo que propone la sociomotricidad desde la perspectiva de Pierre Parlebas (2001) se brindó una interacción social de constante aprendizaje en cada una de las situaciones tanto motrices como sociales que se presentaron en las sesiones como por ejemplo en los espacios de interacción social, de trabajo en equipo, en la comunicación, en la cooperación y toma de decisiones ya sea individuales o colectivas.

Además, esta experiencia permite afirmar que la educación física puede ser un espacio de transformación humana, cuando se comprende desde el cuerpo vivido, simbólico y dialogante. El futsal se resignificó como una práctica educativa capaz de integrar la técnica con la reflexión, el juego con el sentido, y la coordinación con la convivencia.

Entre los principales aprendizajes destacan:

- El cuerpo es el primer territorio de conocimiento; en él se inscriben las experiencias que transforman la manera de ser y estar con los otros.
- Las capacidades básicas articula lo físico, lo cognitivo y lo emocional.
- El juego cooperativo favorece la inclusión, la empatía y la construcción de comunidad.
- El modelo curricular de Frida Díaz Barriga ofrece una mirada flexible y situada que permite diseñar experiencias significativas adaptadas al contexto social.

Este proceso reafirma que educar el cuerpo es educar la vida. Cada pase, cada movimiento y cada encuentro en el futsal se convirtió en una oportunidad para reconocerse, dialogar y construir humanidad desde la acción motriz.

Es necesario comprender que la educación física puede presentarse como un propósito de formación tanto en lo humano y lo social, que sirve como una herramienta que al utilizarla pueda trascender y ver una mirada diferente en la acción motriz, que aparte de tener una intencionalidad física también puede relacionarse con una intencionalidad pedagógica, que no es solo enseñar a correr o realizar ejercicios físicos de fuerza y resistencia, sino puede también para educar personas para su vida diaria y en contextos sociales. Considero que hay que seguir trabajando en esta educación física para la vida y que además hay que seguir trabajando en estas personas ya que hay muchas cosas por trabajar que en tan solo unas sesiones no es posible abordar.

Anexos



Referencias

- Ausubel, D. P. (1983). *Psicología educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. Trillas.
- Ausubel, D. P. (2000). *Adquisición y retención del conocimiento: Una perspectiva cognitiva*. Paidós.
- Colombia. Asamblea Nacional Constituyente. (1991). *Constitución Política de Colombia*.
- Díaz Barriga, F. (2006). *Enfoques didácticos para facilitar el aprendizaje significativo*. McGraw-Hill.
- Durkheim, E. (1985). *Las reglas del método sociológico*. Premia. (Obra original publicada en 1895)
- Lagardera Otero, F., & Lavega Burgués, P. (2003). *La praxiología motriz: Fundamentos y aplicaciones*. INDE.
- Lavega, P., March, J., & Filella, G. (2013). Juegos deportivos y emociones. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (112), 25–34.
- Le Boulch, J. (1981). *La educación psicomotriz: Psicocinética y desarrollo*. Paidós.
- Le Boulch, J. (1987). *La educación psicomotriz: Psicocinética y desarrollo del niño*. Paidós.
- Le Boulch, J. (1991). *La educación psicomotriz: Su importancia en la escuela primaria*. Paidós.
- Max-Neef, M. (1986). *Desarrollo a escala humana: Opciones para el futuro*. CEPUR. Fundación Dag Hammarskjöld.

Organización de las Naciones Unidas. (1979). *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW)*.

Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*.

Organización Mundial de la Salud. (s. f.). *Actividad física*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Parlebas, P. (1997). Problemas teóricos y crisis actual en la educación física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, (4).

Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad: Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo.

UNESCO. (s. f.). *La ONU y el estado de derecho*. <https://www.un.org/ruleoflaw/es/un-and-the-rule-of-law/united-nations-educational-scientific-and-cultural-organization/>

Vygotski, L. S. (1978). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Crítica.