

## RECONSTRUCCIÓN DEL TEJIDO SOCIAL A PARTIR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE

### Autores:

Ruiz Restrepo, Adriana María,

Rodas Rodríguez, Leonardo

Meneses Oquendo, Alex Nilson

Gonzalo Andrés Restrepo Giraldo

### Resumen

Hablar de Reconstrucción del tejido social es remitirse a la interacción social, mediación del conflicto, construcción de paz y generación de ambientes para la interacción conjunta; la investigación se centra en definir como se logra dicho relacionamiento desde el deporte, la actividad física y la recreación como puntos de encuentro y construcción social que permiten un pensamiento crítico, complejo y diverso para la resocialización y reconstrucción del tejido social. Se establece como metodología la Investigación-Acción-Participación donde se identifica el como aprender y entender el proceso de transformación necesaria en la comunidad a partir del deporte, la recreación y la actividad física; se utilizan instrumentos como el cuestionario, la entrevista semiestructurada, guía de observación y diario de campo con participación de la comunidad y grupos focales (niños, jóvenes, adultos y adultos mayores). Se aplicaron 241 encuestas, la entrevista a diferentes rangos poblacionales y a la Junta de Acción Comunal con conversaciones que logran establecer las necesidades e intereses con respecto a la reconstrucción del tejido social en el territorio, haciéndose visibles necesidades sociales, de salud y formación para la cohesión y relación social, el beneficio de una práctica sana de actividad física, recreación y deporte y el aporte que estos le hacen a la construcción de paz, resolución de conflictos y mejoramiento de la salud en el entorno social. Se concluye con el diseño de un Modelo para la Reconstrucción del Tejido social desde la actividad física, la recreación y el deporte con elementos ajustados a las necesidades y realidades sociales.

**Palabras clave:** Tejido social, Conflicto, Paz, Reconciliación, Reconstrucción

## RECONSTRUCTION OF THE SOCIAL FABRIC FROM PHYSICAL ACTIVITY, RECREATION AND SPORT

### Abstract

*To talk about Reconstruction of the social fabric is to refer to social interaction, conflict mediation, peace building and generation of environments for joint interaction; The research focuses on defining how this relationship is achieved through sport, physical activity and recreation as meeting points and social construction that allow critical, complex and diverse thinking for the resocialization and reconstruction of the social fabric. Research-Action-Participation is established as a methodology where how to learn and understand the necessary transformation process in the community based on sport, recreation and physical activity is identified; Instruments such as the questionnaire, semi-structured interview, observation guide and field diary are used with community participation and focus groups (children, youth, adults and older adults). 241 surveys were applied, interviews with different population groups and the Community Action Board with conversations that managed to establish the needs and interests with respect to the reconstruction of the social fabric in the territory, making social, health and training needs for cohesion visible. and social relationship, the benefit of a healthy practice of physical activity, recreation and sport and the contribution that these make to the construction of peace, conflict resolution and improvement of health in the social environment. It concludes with the design of a Model for the Reconstruction of the social fabric from physical activity, recreation and sport with elements adjusted to social needs and realities.*

**Keywords:** Social fabric, Conflict, Peace

## Introducción

La Reconstrucción del Tejido Social a partir de la Actividad Física, la Recreación y el Deporte es una propuesta de investigación de interacción social, desde una metodología de *Investigación Acción Participación*, que busca establecer las líneas de acción de la actividad física, la recreación y el deporte, desde una mirada académica reflexiva de construcción conjunta del conocimiento con bagaje, recorrido y vinculación como ejes propios, anclados al rescate y la potenciación de los derechos humanos como eje fundamental de la cultura y el desarrollo de las comunidades. El objetivo de esta investigación se plantea en establecer los mecanismos para la reconstrucción en el barrio Las Margaritas en el sector de Vallejuelos de la comuna 7- Robledo, de Medellín –Antioquia.

Este sector se localiza en la zona centro-occidental de la ciudad, en el cual se encuentran diferentes estratos socio-económicos, desde zonas de invasión hasta el estrato 3, es una población donde el sustento económico de las familias es variable, prima la informalidad laboral y el empleo infantil en las zonas más marginales de la comuna según el censo del DANE 2018. Esta situación afecta la escolarización en los niños, el orden público desde los combos delincuenciales organizados; al mismo tiempo, el uso y abuso de las drogas y el alcohol entre los adolescentes y jóvenes, situación recurrentemente por varias generaciones y con pocos avances en su recuperación y la tendencia avanza hacia que cada joven o niño llegue al consumo alguna vez en su vida, con el riesgo de quedarse y perderse.

Es importante tener presente, que la comunidad en su población de niños y jóvenes presenta un alto potencial deportivo y recreativo por sus condiciones de biotipo y fluidez motriz de base, con posibilidad de figuración social desde lo deportivo y recreativo que es proyectado desde sus líderes deportivos-entrenadores y/o autodidactas, quienes asumen la promoción, el control y dirección de las diferentes disciplinas y actividades deportivo-recreativas; La investigación deportiva-social toma en parte la intervención directa en comunidad desde espacios de formación en temáticas básicas del deporte, la recreación y la actividad física, por medio de un proceso de enseñanza-aprendizaje, lo que les permite acceder, actualizar y renovar aprendizajes previos adquiridos (empirismo), no sólo desde la práctica, sino, en su proceso autodidacta, exponen que el deporte y la actividad física son una oportunidad indispensable en el contexto de la resignificación del tejido social, teniendo en cuenta que la oportunidad que tienen las víctimas y los victimarios de construir Paz

permiten estructurar nuevos caminos hacia una convivencia constructiva de nuevos espacios comunitarios y del planteamiento de metas en el mediano y largo plazo, lo cual se fundamenta como una acción necesaria de intervención e impacto en la comunidad seleccionada. (Bernate et al, 2019)

Es así como se apuesta a que la actividad física, la recreación y el deporte, sean otras alternativas de vida, con el propósito de alejarlos de decisiones que poco aportan para sus vidas o la de sus familias. Para ello es necesario determinar si aquellos líderes comunitarios que trabajan como entrenadores, gestores, líderes recreativos y grupos sociales de apoyo, atienden y realizan sus prácticas desde la aplicación de metodologías pedagógicas que permitan mantener activos los procesos de actividad física, recreación y deporte, establecer los derechos y principios del ser humano, y que requieren de tener un apoyo total de parte del estado a la reconstrucción del tejido social.

La investigación se plantea desde seis etapas secuenciales diacrónicas explicativas, se forja una caracterización de la comunidad, teniendo en cuenta si tienen o no metodologías en sus procesos formativos, el análisis de resultados seguido de propuestas metodológicas para establecer procesos formativos, de interacción, participación, comprensión del fenómeno social que aportan a la reconstrucción del tejido social tomando la actividad física, la recreación y el deporte; además, se plantea una propuesta metodológica desde lo que el sector requiere en su particularidad; se esboza como pregunta investigativa, ¿Los procesos de la actividad física, la recreación y el deporte, aportan a la reconstrucción de tejido social en el barrio Las Margaritas en el sector de Vallejuelos de la comuna 7- Robledo, en Medellín– Antioquia?

Es así, que aquellos actores comunitarios participan en los procesos de enseñanza-aprendizaje, de la misma forma que se construye el modelo a desarrollar hacia su tejido social; en consecuencia, se espera que la comunidad fortalezca sus valores como responsabilidad, auto disciplina, auto gestión, respeto y tolerancia, que poco a poco conlleva a un mejor desempeño, en el proceso de reconstrucción del tejido social para minimizar los riesgos en niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

Interacción, Diálogo y Participación

La participación de los diferentes sectores de la comunidad, niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, se logra con la aplicación de 122 encuestas directas a los miembros de la comunidad convocados por la Junta de acción comunal; 91 encuestas a jóvenes en edad de 14 a 20 años, en el contexto del trabajo de grado titulado, “Diseño de un programa de actividad física en el grupo juvenil del sector de Vallejuelos, comuna 7 del municipio de Medellín, como una forma de contribuir al fortalecimiento del tejido social”. En el contexto escolar, se cuenta con 25 encuestas a los estudiantes de décimo y once participantes de la clase de Educación Física, de la institución educativa en el Trabajo de Grado “Caracterización del desarrollo de la Educación Física para los Grados Decimo y Once de la Institución Educativa Vallejuelos”.

Finalmente los resultados, hallazgos y realidades encontradas, serán socializados no solo en la comunidad, sino en contextos académicos, políticos, empresariales y sociales en general, con el fin de generar alianzas y sinergias que mejoren las condiciones encontradas y propicien espacios de mejoramiento de la calidad de vida. A nivel institucional la vinculación de los hallazgos en las dinámicas micro curriculares, en los contenidos de las asignaturas y la participación en espacios abiertos de divulgación de resultados, buscando sensibilización y generación de estrategias de cambio y transformación que permeen la comunidad.

En conclusión la reconstrucción del tejido social, es un proceso de largo aliento con procesos de intervención con líderes deportivos, entrenadores y gestores sociales, la comprensión de las diferentes metodologías utilizadas en iniciación y formación deportiva y los diferentes logros psicosociales comunitarios que se han observado en sus usuarios de entrenamiento deportivo o recreativo en la comunidad; se espera que aquellos actores comunitarios aprendientes, la comunidad, Adultos, Adultos mayores, jóvenes y niños se fortalezcan con énfasis en el trabajo en equipo, cohesión social y estilos de vida saludable, aspectos que buscan incrementar y ampliar su conocimiento acorde a las necesidades de sus grupos, orientar y acompañar el liderazgo y propiciar la conformación de grupos al interior de su comunidad donde el factor fundamental del trabajo es el mejoramiento psicosocial y el afianzamiento de los procesos de reconstrucción del tejido social, para poder minimizar los riesgos en niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

De la construcción teórica

La presente investigación se fundamenta desde sus antecedentes dándole la importancia que se requiere hacia un proceso de pensamiento que es influido por la propuesta pedagógica de Lev Vygotsky, teniendo en cuenta a Zambrano (2018) expone en su postura que el Ser se forma por medio de sus experiencias y con ello su forma de percibirlo. Los procesos deportivos y recreativos de las personas que intervienen desde cualquier rol viven una experiencia que transformara sus vidas y puede ser una oportunidad de afianzar no solo su aprendizaje, sino, consolidar sus valores sociales y éticos, que lo ayudaran a crear nuevos espacios para otras personas dentro de su entorno particular.

En este orden de ideas, el análisis del diagnóstico inicial del grupo focal pretende generar procesos de formación para los líderes deportivo-recreativos dentro del contexto de aprendizaje y el liderazgo, abre una gama amplia para aquellos líderes que desean transformar su comunidad, la propuesta de formación llega para darle a los líderes un apoyo a su conocimiento previo y contribuye a darle un aporte de mayor relevancia desde los conceptos científicos e investigativos realizados que le aportarán a su quehacer dentro de las propuestas que tienen con sus grupos deportivos al interior del barrio.

Es significativo comprender el proceso de aprendizaje que cada líder deportivo-recreativo asume con claridad desde su percepción, ampliando una huella importante en cada uno de los niños, adolescentes y jóvenes; lo anterior, se puede soportar desde Karmiloff-Smith quien afirma “que el conocimiento implícito se va haciendo, progresivamente, un conocimiento explícito” (citado en Gómez, 2017, pág. 66). Es decir, se espera que cada líder forje su aprendizaje de forma individual alcanzando una postura temática científica para acrecentar su bagaje empírico.

Es importante determinar que será el constructivismo en la práctica pedagógica a tomar en cuenta dentro de la metodología de formación de líderes deportivo-recreativos y el liderazgo, siendo determinante definir la forma de trabajo, y se fundamenta desde el trabajo colaborativo como lo afirma Ortiz (2015) quien afirma que el constructivismo no es solo ubicar documentos por parte del docente y el estudiante hará su proceso de aprendizaje, pues por el contrario, es una perspectiva de interacción entre ambas partes, utilizando la comunicación asertiva como parte de la adquisición del conocimiento donde el proceso de realimentación está en toda la cadena de aprendizaje y la adquisición de los conocimientos efectivos hacia un aprendizaje significativo.

Por otro lado, se da otro aporte significativo para el proceso no solo investigativo, sino pedagógico que será tomar como referente al psicólogo-pedagogo David Ausubel quien desde su postulado Teórico del aprendizaje significativo el cual es citado por Moreira, (2017) quien postuló “Una teoría comprensiva sobre como seres humanos aprenden, y retienen, grandes cuerpos de conocimiento, en el salón de clases o en ambientes semejantes. Su propósito está limitado al aprendizaje receptivo y la retención de materiales (potencialmente significativos” (pág. 2).

Es así como al lograr identificar aspectos concretos acerca de la formación y la aplicación en las prácticas de los integrantes del grupo focal desde el deporte y la recreación y su influencia en la construcción del tejido social, para obtener el camino más apropiado y eficiente a la hora de consolidar sus procesos de enseñanza-aprendizaje con sus usuarios; además, se pretende consolidar sus conocimientos empíricos basados en planteamientos académicos que mejoren las dinámicas desde un aprendizaje significativo, para transmitirle a sus deportistas desde las enseñanzas en la práctica deportiva hacia el desarrollo de su personalidad.

Por lo tanto, desde su práctica se permean las vida de muchos niños y jóvenes quienes por medio del deporte y la recreación han tomado decisiones asertivas para el desarrollo de sus vidas y aquí es donde Ahedo (2016; 126), toma el postulado de Jhon Dewey se resalta la importancia de la reflexión a través de el método de resolución de problemas que se presentan de forma constante y permanente en los contextos sociales, y que se presenta de manera espontánea y dinámica en la comunidad objeto del estudio. Y en cuanto a los procesos formativos ya Ruiz (2016) expresa que la importancia de la educación no está cifrada en la repetición de contenidos con mecanismos sustentados en al transmisión de conocimiento, sino en el aprendizaje significativo que logra el educando desde la realidad y el contexto donde se desarrolla

Desde otra perspectiva, Guette et al. (2019) expone que “El deporte será una buena herramienta para proyectar el desarrollo integral del individuo y su comunidad, facilitando la construcción sistemática de la paz” (pág.503). Por otra parte, un estudio de recreación y construcción de tejido social, del autor Pedreros (2016), realizó por medio del procedimiento IAP (investigación participativa activa) con el uso de la metodología de investigación, el

objetivo perseguir la acción y los resultados de la propuesta de análisis por medio de la participación de los sujetos sociales en la investigación y en donde estos son protagonistas.

Por otro lado, en la Escuela Popular Fe y Esperanza de la ciudad de Bogotá, se realizó una propuesta similar donde se indagó sobre la relación existente entre recreación y construcción de tejido social a través de la vivencia de intervenciones pedagógicas en la escuela; en la cual, se efectuaron fases como: la observación del contexto, las dinámicas sociales, realidades del diario vivir, diálogo con la comunidad y entrevistas; la segunda referida a la planificación de las intervenciones por medio de talleres recreativos, y la tercera, de reflexión acerca de las acciones y participaciones de la comunidad. La conclusión se da en que por medio de la lúdica los niños observan y analizan su realidad y generan reflexiones, dialogo y soluciones a distintas problemáticas.

Otra experiencia para el fortalecimiento del tejido social se dio en el barrio Flor del Campo de la ciudad de Cartagena, Colombia, el cual se llevó a cabo una intervención comunitaria con jóvenes, “Tejiendo comunidad a través del deporte y la cultura”. la experiencia se reconstruye a partir de información recolectada con la Fundación Fe y Alegría encontrándose bajos niveles de escolaridad, pocas fuentes de empleo, violencia, inseguridad y falta de espacios para la actividad física y el esparcimiento, teniéndose que crear lugares alternativos como calles para jugar; En este sentido se permitió identificar aspectos sociales del territorio; en las diferentes entrevistas los habitantes del barrio opinaron que no hubo peleas dentro de los torneos, pues los mismos jugadores crearon reglas internas para mejorar la participación y la paz, evidenciado el uso adecuado de los espacios para la aceptación de las diferencias, progresos en la convivencia, fueron componentes fundamentales para evidenciar que las actividades lúdicas, deportivas y culturales fortalecieron el tejido. (Pérez & Hernández, 2018, pág. 49).

Igualmente, Pérez & Hernández (2018) mencionan que la actividad física, incluyendo el deporte y la recreación son una herramienta transversal que permiten un mejor desarrollo social del ser humano. No solo ayuda en su desarrollo físico-motor, sino también a enriquecer su realidad social y familiar, por medio de la relación con el otro, el diálogo, la participación, el disfrute, son parte del fortalecimiento del tejido social a través del deporte.

La Reconstrucción hace mención de volver a construir, edificar o fabricar. Es decir se parte de lo ya estructurado y que al fallar o “se vino abajo”, poniendo en marcha un plan para



reconstruir siendo partícipe de un proceso de restauración física, mental y espiritual. De igual modo, se promueve la recuperación social al postconflicto, con visión del futuro y el respeto mutuo, busca la reducción de los prejuicios, y una mayor comprensión de las fragilidades humanas. Se profesa la condición de salvaguardar la paz mundial a través de la tolerancia después de que ocurra una guerra. Como afirman Villa et al. (2016), a través de la sistematización de la experiencia de acompañamiento psicosocial a víctimas del conflicto armado en la ciudad de Medellín; a través de la formación de líderes afectivos, con metodología del grupo de apoyo mutuo (GAM), y desde una pedagogía lúdico-vivencial, se recupera el papel social activo de los participantes, donde se construye relaciones de confianza, se comparte sentimientos y emociones, se comprende y transforman las situaciones vividas en el momento, a nivel individual y/o comunitario, elementos que son constitutivos del tejido social.

Con respecto al tejido social esa interacción se entreteje desde las relaciones familiares, las relaciones vecinales y comunitarias, las relaciones laborales y, finalmente desde el entorno externo, se entre enlazan las relaciones ciudadanas. Además, se hace referencia a la re vinculación y la reconciliación de los sujetos sociales e institucionales para favorecer la cohesión y reproducción de la vida social en estos ámbitos (Mendoza et al, 2016. Vale resaltar desde las expresiones deportivas y el deporte social lo que describe el autor Bahámon (2009) “Son todas las acciones que tienen la intención de recreación, formación y rendimiento. Por consiguiente, se deben considerar como una práctica social que permite la realización consciente de movimientos intencionados y creativos que trascienden a cambios epistemológicos, pedagógicos y sociales” (pág. 54). Y que visto desde los territorios se hace evidente la necesidad de dicha interacción como mecanismo para abstraerse de las realidades sociales que afectan su entorno.

Es pertinente plantear la resiliencia, asumirla y abordarla desde los sujetos sociales que resisten y toman fuerzas para resurgir en medio del conflicto, encontrando a través de la actividad física, el deporte y la recreación como una luz de esperanza de transformación. Villa et al. (2016), Refieren la posibilidad de comprender lo que emerge desde la resiliencia, como resistencia frente a la destrucción y como la capacidad de construcción y reconocimiento de fortalezas; en consecuencia, se propone un proceso significativo de formación de líderes deportivos donde a partir de nuevas formas, metodologías y

aprendizajes significativos teóricos y prácticos, logren desarrollar procesos de reconstrucción del tejido social, influyendo desde los valores intrínsecos de base como la solidaridad, el respeto y el trabajo en equipo.

Así mismo, la cimentación de la paz, desde las experiencias cotidianas alineándose los elementos hacia el fortalecimiento del tejido social, utilizando herramientas intrínsecas de la recreación, el deporte y la actividad física, reconociendo un proceso de paz, transformando hábitos para la vida de disfrute implementando actividades culturales y deportivas, que aporten a una paz perdurable en el tiempo, en la reintegración de las relaciones humanas del tejido social. La reconstrucción del tejido social, debe asumirse como un producto de transformación con elementos claves de socialización, el fomento del deporte y la recreación, la proyección de logros que afianzan la autoestima y generan hábitos y costumbres saludables consolidando a sujetos capaces de enfrentar la realidad.

En consecuencia se debe tener presente que Ardila y Pimiento (2020), proponen que el tejido social se reconstruye a través de la sumatoria de las acciones colectivas, dinámicas sociales, la comunicación, la confianza, el sentido de pertenencia, entre otros, el efecto se hace visible a través de la reparación del sujeto, superándose así los conflictos, miedos y pérdidas. La interacción entre las personas de la comunidad hacen que el tejido social se forme de adentro hacia afuera, por lo tanto, transformar una comunidad se hace a partir del conocimiento de las necesidades individuales y de su entorno.

Probablemente aparecen las diferencias, se puede hablar de conflictos y de ahí se parte para fortalecer el tejido social creando oportunidades y experiencias bajo ambientes de comprensión, comunicación, recuperación de relaciones, fomentando el dialogo y permitiendo nuevas soluciones que convergen interna y externamente en la comunidad. (Chilito, 2018). Con lo anterior, se demuestra que la actividad física, la recreación y deporte, están incluidas las prácticas regulares del ser humano en su desarrollo integral.

Por otro lado la actividad física, Recreación y deporte son ante todo una posibilidad de asumir el juego, según los estudios filológicos, no se puede eliminar de un concepto evolucionado una acepción original, sin plena evidencia de que dicha acepción haya caído en total desuso. Nadie ha logrado evidenciar, ese desuso. Para practicar cualquier deporte, se dice “vamos a jugar a...”; Ciertamente el deporte refleja valores básicos del marco cultural en el que se desarrolla, actuando como ritual cultural o 'transmisor de cultura'. Los deportes

introducidos de una fuente extranjera, son rápidamente modificados y adaptados para que encajen con las normas y valores tradicionales, de este modo el deporte se convierte en un agente de interacción y de potencialización de la dimensión social y cultural en las personas, como beneficio de las prácticas deportivas se encuentran habilidades cognitivas y de pensamiento, habilidades sociales y de relacionamiento, respeto y conocimiento de las normas y reglas.

Es así, como Guette,(2019) afirma que el deporte posee atributos que lo convierten en un vehículo para promover el desarrollo y la paz. Sin embargo, por sí solo no puede garantizar la paz ni resolver los problemas sociales asociados al conflicto en Colombia. En definitiva, la diferencia del juego y el deporte es que el segundo es reglado, mientras que el juego se basa en la recreación y el ocio pero no establece normas claras en su esencia, a no ser que los jugadores adopten reglas para la práctica del mismo.

Por su parte el deporte escolar es dentro de la escuela durante el desarrollo de la Educación Física que se programan por el centro escolar. Con actividades deportivas llevadas a cabo fuera de la institución escolar pero que ya han sido planificadas y programadas por el centro dentro del horario lectivo del mismo (Abad, 2009). El deporte escolar es una herramienta educativa dentro de un conjunto de recursos encaminados al logro de la educación integral de la persona.

Por su parte el deporte recreativo, según Blázquez, “es aquél que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce”. (1995, Citado en Romero, 2000, pág. 84) Pretende que el individuo se entretenga y se divierta corporalmente de manera que logre su equilibrio personal. Se trata de una práctica abierta, donde nada está prefijado con anterioridad y donde lo que menos importa es el resultado; vale decir, que su finalidad es lúdica, divertida, generadora de placer y que contribuye a aumentar las relaciones sociales y la calidad de vida de la persona (Ferran, 2000). De aquí se puede derivar, la actitud predispuesta de los participantes, los cambios de las reglas y la variabilidad de las mismas dentro del funcionamiento del juego, acondicionamiento de espacios para la práctica del mismo, adaptación según los materiales, posibilidad de modificación y de creación. (Camerino 2000)

Así mismo, el deporte social y comunitario según el Ministerio del Deporte de Colombia (2016) se entiende como todas aquellas prácticas deportivas y sus diferentes manifestaciones

en la comunidad que, desde un enfoque diferencial e incluyente, fortalezcan la sana convivencia y los valores, propiciando la transformación social y la paz de la población. Este asume un entramado educativo como un proceso trasdisciplinar, favoreciendo la formación de agentes comprometidos con su realidad y con capacidad de analizar contextos de forma amplia, permitiendo que diferentes disciplinas participen del desarrollo integral del ser humano (Sen, 2010).

Por lo tanto, Guette et al. (2019) proponen en el deporte social que la gente participa de maneras diversas en el deporte, lo protagoniza, representa un espacio donde cada individuo se suma al ‘equipo’; indica una práctica en que jugar, cuidar el cuerpo y estar juntos constituye la meta. El deporte contribuye a los esfuerzos de consolidación de la paz, creando un espacio donde aquellos que se encuentran a las márgenes de la sociedad puedan jugar, recrearse y aprender una serie de habilidades útiles.

Por su parte, la recreación se define como la “acción y efecto de recrear” sea esto para el alivio del estrés o por goce (Real Academia de la Lengua Española, 2017, definición 1), Dentro de ese orden, e todas aquellas actividades organizadas o no organizadas tienen el propósito de la relajación, el entretenimiento y/o diversión de un individuo; Asimismo, a través de esta se pueden generar “procesos personales y sociales que tienden a satisfacer no sólo las necesidades de ocio, sino también las de entendimiento, afecto, participación, creación, identidad y libertad” (Osorio, 2001, pág. 13).

Cabe resaltar a la actividad física como aquellos movimientos músculo - esqueléticos que permiten

mantener un estado de salud óptima desde el punto de vista físico, mental, psicológico y lo social, se enuncia como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Perea et al. (2019) Cabe considerar, que las directrices y recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proporcionan información detallada en cuanto a los diferentes grupos de edad y los grupos poblacionales específicos sobre el nivel de actividad física necesario para gozar de buena salud, por lo menos tres días a la semana; y adicional limitar el tiempo dedicado al sedentarismo, particularmente el tiempo de ocio que se pasa en interacción con herramientas tecnológicas.

La actividad física regular brinda calidad de vida, mantiene la vitalidad desde la imagen corporal, previene enfermedades y buscan prolongar la esperanza de vida. (Pasantes y

Macías, 2021). Por consiguiente, mejora la posibilidad de un envejecimiento saludable, resaltando que las actividades lúdico- deportivas como políticas públicas y el fortalecimiento social, favorecen la comunicación, las expresiones y vinculan al entorno, lo que permite una mejor autoestima y salud mental.

En consecuencia las estrategias para el aprendizaje, hablan que el deporte, la actividad física y la recreación, desde el contexto social y la participación de la comunidad, con el propósito de generar aprendizaje, conocimientos y experiencias que les permita el cambio y la transformación de su entorno y le propicie estilos de vida saludables y diferentes, para ello sin lugar a dudas se deben utilizar modelos que faciliten la enseñanza, el aprendizaje y la generación de conocimiento, como plantean Devís y Sánches (1996), la necesidad de la comprensión de los aprendizajes, la generación desde de allí de aprendizajes significativos y el papel activo del sujeto en movimiento, han propiciado la aparición de modelos, que son alternativos para el deporte.

En función de lo planteado, Metzler (2005) aclara que se utiliza un método, una estrategia, un estilo o una habilidad en una actividad determinada, antes de dar paso a otros métodos, estrategias, estilos o habilidades. Lo que fundamenta y da soporte a la propuesta de Modelo RETESO, ajustado a la realidad social del sector de Vallejuelos, y donde se toman en cuenta habilidades, destrezas y necesidades propias a sus estilos de vida y el entorno. Y que lo refuerza cuando afirma que el modelo abarca una unidad de enseñanza e incluye las funciones de planificación, implementación y evaluación.

Es así, como el aprendizaje significativo, logra la comprensión del término aprendizaje y su relación y coherencia con un procesos de reconstrucción del tejido social, es importante entender que este se caracteriza por ser un proceso de cambio, permeado y transformado por las experiencias, que para el caso son de carácter social, donde se toma en cuenta los conocimientos, competencias y saberes que se han adquirido a lo largo de la vida, en relación con el otro, su entorno y caminar de la mano de la comunidad relacionadas con aspectos deportivos, de actividad física y recreación. (Feldman, 2005).

Debe señalarse, que el aprendizaje está caracterizado por la adquisición y modificación del conocimiento inicialmente adquirido, es decir se transforma a través del uso de estrategias que potencian las habilidades y las destrezas para propiciar el cambio y la transformación. (Schunk, 1991) Y es desde allí donde se empieza hacer visible que dicho aprendizaje es

significativo, que de acuerdo con Fink (2003), el aprendizaje significativo se refiere al aprendizaje que provoca un cambio duradero en el sujeto y que se transforma a partir de un aprendizaje que ha sido importante para su vida. El aprendizaje significativo cambia la forma de pensar, sentir y comportarse. Las experiencias fuertes de enseñanza incluyen conexiones con el sujeto y su comunidad, ocurre cuando las experiencias de aprendizaje promueven la interacción entre los diferentes tipos o dimensiones y se combina con una experiencia previamente adquirida.

La investigación está planteada desde la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP), conceptualizada por Selener (1997), como “un proceso por el cual miembros de un grupo o una comunidad oprimida, colectan y analizan información, y actúan sobre sus problemas con el propósito de encontrarles soluciones y promover transformaciones políticas y sociales” (Citado en Balcázar. 2003. pág. 60). Esto permite la identificación del conocimiento crítico, la consolidación y fortalecimiento de la participación de los miembros de la comunidad y la organización social de los grupos participantes y la identificación de los factores que afectan la vida y la experiencia de la práctica deportiva, recreativa y de actividad física desde lo cotidiano.

De este modo, se permite establecer las formas de aprender a aprender de cada actor de la comunidad identificado y que es participe en la investigación, por lo que se les permite identificar el cómo aprender al interior de la investigación, además cuál es el proceso de transformación necesaria en la comunidad desde la interacción con el deporte, la recreación y la actividad física.

Por lo tanto, se tuvo en cuenta el análisis sistemático de información desde las evidencias recopiladas por medio de encuestas diagnósticas de la percepción de los actores comunitarios, y el enfoque cuantitativo tomando los datos que se entregarán desde la consolidación de aprendizajes significativos y su incidencia en el desarrollo de diferentes estrategias y temáticas en la actividad física, deporte y recreación, entrevistas a través de Grupos Focales, el análisis de los diarios de campo y guías de observación, desde donde se midió la posibilidad clara y expresa para proyectar nuevos caminos dentro de la investigación.

Población y muestra de la propuesta de investigación para el tema de reconstrucción del tejido social a partir de la actividad física, el deporte y la recreación, se destinó a la comunidad y sus diferentes actores comunitarios de los sectores de Vallejuelos, se tuvo en

cuenta a aquellos que reportaron un alto sentido de liderazgo, pertenencia y que deseaban participar activamente del proceso, por el conocimiento básico en los procesos en actividad física, deporte y recreación, además del cumplimiento de algunos criterios para lograr vincularse al proceso de intervención.

Los procedimientos realizados para la recolección y procesamiento de información, contó con el compromiso de cada actor comunitario en la participación activa y un alto sentido de pertenencia para lograr tener un resultado significativo en el territorio de influencia y la apropiación de los conocimientos allí impartidos.

Los instrumentos de recolección de información utilizados fueron: el cuestionario, la entrevista no estructurada, la observación y el diario de campo.

## **Análisis y Resultados**

En el transcurso de recolección de información al interior de la investigación se utilizaron diversos instrumentos, los cuales buscaron información clara, veraz y de utilidad, identificando elementos fundamentales de la comunidad de Vallejuelos, desde aspectos relacionados con lo socio-demográfico con la actividad física, la recreación y el deporte como agentes de reconstrucción del tejido social.

El desarrollo de las encuestas contó con la participación de 241 miembros de la comunidad entre jóvenes, adultos y adultos mayores, para conocer aspectos globales de la población. La entrevista se aplicó a través de Grupos focales por rangos poblacionales donde se logró establecer necesidades e intereses con respecto a la reconstrucción del tejido social a través de la actividad física, la recreación y el deporte. La observación que permite reconocer el espacio geográfico, comportamientos, actitudes y aptitudes. El Diario de Campo, que logra consolidar la información que gira alrededor de los eventos realizados con y para la comunidad.

A continuación se realiza el análisis e interpretación de la información obtenida a través del uso de los instrumentos y herramientas de la investigación y los hallazgos y las líneas de acción identificadas para lograr el cumplimiento de los objetivos y el alcance de los resultados propuestos.

## Gestión de Encuestas en la comunidad

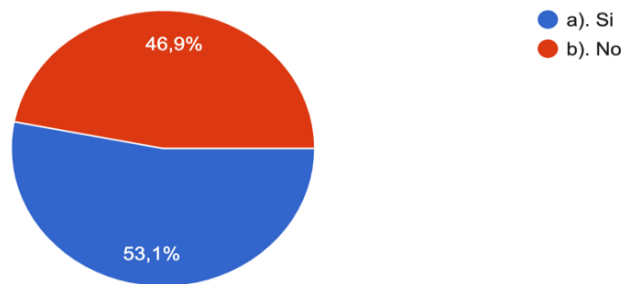
Se resalta que el centro de atención está representado por niños, jóvenes y adultos, con propuestas direccionadas hacia la satisfacción de necesidades y expectativas propias de su edad. Y para la población adulta mayor fortalecer la propuesta actual.

### Figura 1

*¿Usted participa en los procesos comunitarios del deporte, la recreación y la actividad física?*

15. ¿Usted participa en los procesos comunitarios de promoción del deporte, la recreación y la actividad física?

113 respuestas



Nota: Instrumento No. 1 - Encuesta - caracterización RETESO.

Análisis e interpretación:

En la figura N° 1, El 53,1% de los encuestados participa de procesos comunitarios de promoción del deporte, la actividad física y la recreación, y el 46,9% no lo hace.

Contar con dicha participación se garantizan apoyos importantes desde la apuesta por la intervención en la comunidad y garantiza una participación activa, el reto estará representado en motivar y vincular al 46,9% de esta población a dichos procesos y formarlos para que permanezcan y sea multiplicadores.

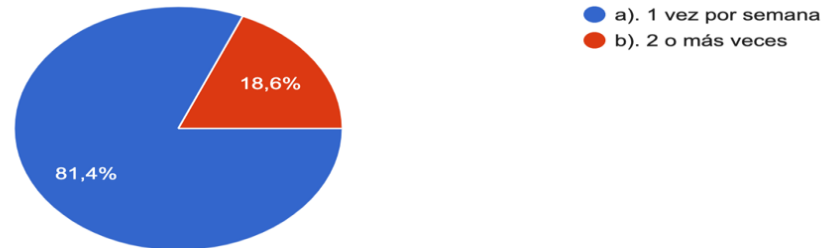
### Figura 2



*¿Usted participa en los procesos comunitarios del deporte, la recreación y la actividad física?*

16. ¿Con qué frecuencia participa en los procesos comunitarios de promoción del deporte, la recreación y la actividad física?

113 respuestas



Nota: Instrumento No. 1 - Encuesta - caracterización RETESO.

Análisis e interpretación:

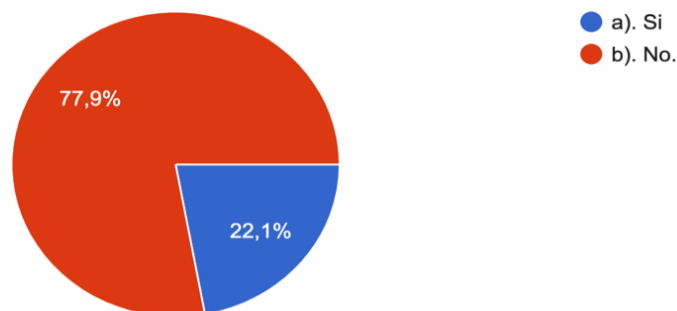
En la figura N° 2, El 81,4% manifiestan participar en los procesos comunitarios de promoción del deporte, la recreación y la actividad física una vez por semana y el 18,6% hacerlo dos o más veces.

En un gran porcentaje se hace necesario ampliar la oferta de propuestas y procesos comunitarios con el fin de llegar al conglomerado social y lograr procesos de ampliación, masificación y participación colectiva que impacten y generen el cambio.

**Figura 3**

*¿Es usted líder o participa de los procesos deportivo-recreativos comunitarios?*

17. ¿Es usted líder o participa de los procesos deportivo-recreativos comunitarios?  
113 respuestas



Nota: Instrumento No. 1 - Encuesta - caracterización RETESO.

Análisis e interpretación:

En la figura N° 3, El 77,9% manifiestan no ser líderes de los procesos deportivos, recreativos y de la actividad física y el 22,1% que si lo hacen.

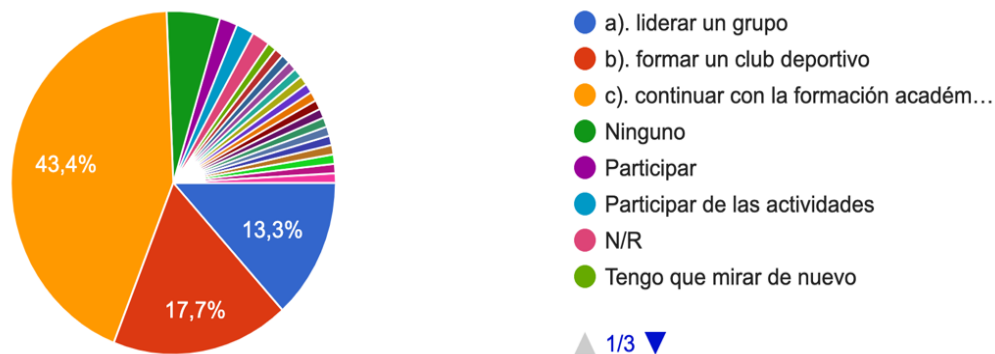
El reto está en lograr que el 77,9% adquieran el compromiso de participación en procesos de comunidad, y en brindarle los elementos sustanciales para ejercer liderazgo y ser multiplicadores, participación que se caracteriza por ser participantes, ayudar a la comunidad, ser líderes, participar en reuniones, aportar ser fiscal comunitario con apoyo a la acción comunal y a través del taekwondo; así mismo, al revisar los propósitos de participación se hacen evidentes los elementos constitutivos de la reconstrucción del tejido social destacándose la convivencia, paz y el aspecto social, con el deporte y la recreación como mediadores.

## Figura 4

*¿Cuál sería su aporte a la comunidad al vivir las experiencias de aprendizaje realizadas?*

## 21. ¿Cuál sería su aporte a la comunidad al vivir las experiencias de aprendizaje realizadas?

113 respuestas



Nota: Instrumento No. 1 - Encuesta - caracterización RETESO.

### Análisis e interpretación:

En la figura N° 4, El 43,4% centraría su aporte en continuar con su formación académica, el 17,7% para formar un club deportivo, el 13,3% en liderar un grupo, el 5,3% no tiene ningún aporte definido.

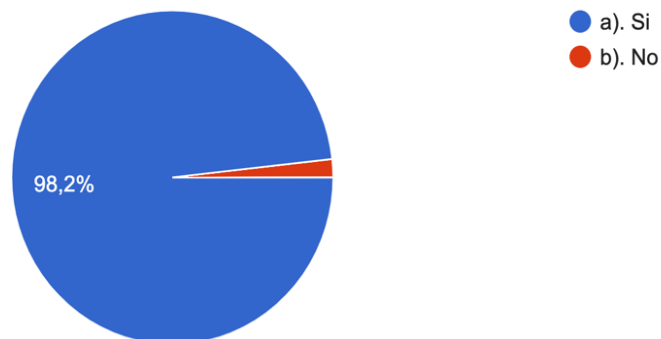
El 74,4% tienen claro su aporte, el 20,3 define como puntos de interés la participación, las experiencias saludables, mejorar el estado de formación, servir y a lo largo del proceso definir e identificar su aporte. En su compromiso total, la comunidad se evidencia interesada por gestionar sus propios procesos de promoción de construcción y reconstrucción del tejido social al interior de su comunidad, lo que permite establecer rutas según las necesidades que se fueron encontrando y las diferentes alternativas que desde su experiencia comunitaria, se determinan como efectivas en busca de logros de metas a corto, mediano y largo plazo para el mejoramiento de la calidad de vida desde los diferentes factores que la integran.

### Figura 5

*¿Desde su experiencia cree que el deporte, la recreación y la actividad física aportan a la calidad de vida en la comunidad?*

22. ¿Desde su experiencia cree que el deporte, la recreación y la actividad física aporta a la calidad de vida en la comunidad?

113 respuestas



Nota: Instrumento No. 1 - Encuesta - caracterización RETESO.

Análisis e interpretación:

En la figura N° 5, El 98,2% de los encuestados manifiesta que la experiencia en el deporte, actividad física y recreación aportan a la calidad de vida de la comunidad y el 1,8% dice que no.

El aporte a la calidad de vida de la mayoría está representado en: salud, integración, convivencia, socialización, buen vivir, hábitos de vida, aspectos que le brindan elementos al enfoque del modelo y su metodología para el logro de la reconstrucción del tejido social.

## Categorías identificada desde los Grupos Focales

- La actividad física, la recreación y el deporte como mediadores para la reconstrucción del tejido social
- El enfoque direccionado hacia la salud, estilos de vida saludable, convivencia y la formación como eje central
- El cuidado del medio ambiente y los espacios de comunidad

- La apropiación del deporte, la actividad física y la recreación para la reconstrucción del tejido social
- La adecuación y apropiación de espacios para el desarrollo de este tipo de actividades, propuestas, programas y espacios para la convivencia, paz y tejido social en la comunidad

## Conclusiones

A partir de la interacción con la comunidad, las tomas deportivas, recreativas y de actividad física y los datos arrojados en los instrumentos utilizados, permiten determinar acciones de mejora al interior de la comunidad, el plantear mecanismos de participación de otras dependencias estatales y privadas, y la aplicación del Modelos de Reconstrucción del Tejido social a través de la Actividad Física, la Recreación y el Deporte.

Se confirma el aporte que la actividad física, el deporte y la recreación hacen a la población (niños, jóvenes, adultos y adultos mayores), representada en el mejoramiento de los niveles de salud, el cooperativismo, trabajo en equipo, resocialización y construcción de paz.

Es necesario establecer alianza con las instituciones de educación básica, educación superior, el Metro de Medellín, la alcaldía municipal, entes gubernamentales y el sector privado, con el fin de generar estrategias de mejoramiento en las condiciones de vida, estilos de vida saludable, soluciones de vivienda, mejoramiento de la infraestructura y la construcción de un escenario deportivo y un parque que le permita a la comunidad el uso adecuado del tiempo libre.

Se verifica y valida que, a través de un Modelo de actividad física, recreación y deporte, donde participen los diferentes sectores poblacionales se logra un aporte significativo a la Reconstrucción del Tejido Social.

Se ratifica la necesidad de que la comunidad de Vallejuelos se haga visible en el contexto municipal, y sea reconocido por el desarrollo deportivo, recreativo y de actividad física, ligado a procesos de reconciliación, resocialización, resiliencia y construcción de paz y no por otros factores propias a la desarticulación social.

Los ambientes sociales deben estar enriquecidos con agrupaciones comunitarias, agremiaciones o conjuntos como el grupo juvenil, que generen posibles espacios de sano esparcimiento, disfrute, interacción social y aprovechamiento del tiempo.

Desde la interacción con el grupo de jóvenes se identifica que las actividades que realizan diariamente los sitúan en un nivel insuficiente de la condición física, prevaleciendo el sedentarismo por inactividad.

Se identifica la necesidad de diseñar y ejecutar acciones colectivas y dirigidas que refuercen la confianza, la convivencia, el disfrute, la comunicación, el sentido de pertenencia y el bienestar a través de la actividad física.

La actividad física, la promoción de estilos de vida saludable se convierten en una herramienta facilitadora de la interacción social, lo que permite el fortalecimiento valores y habilidades blandas como la comunicación, el respeto, la solidaridad, el trabajo en equipo, la tolerancia y la aceptación de las diferencias y el reconocimiento de la diversidad en el contexto social.

Las dinámicas y actividades desarrolladas en los encuentros en el territorio resaltan la popularidad y acogida por parte de la comunidad de la propuesta, se muestran participativos e interesados.

La institución no cuenta con los espacios físicos suficientes, ni con los recursos requeridos para el desarrollo de las clases de educación física.

Las prácticas de la educación física están muy alejadas de las necesidades en la actividad física, recreación y deporte que tiene la comunidad de Vallejuelos; no hay interrelación de la Institución Educativa con la comunidad, el desarrollo de la práctica educativa del área se basa en actividades y no en acciones o proyectos de área para propiciar la reconstrucción del tejido social en el sector de Vallejuelos para dar respuesta a las necesidades que tiene la comunidad.

La institución educativa debe realizar y aplicar proyectos que enlacen a la comunidad de Vallejuelos con la institución educativa para dar respuesta a los requerimientos, necesidades, intereses y motivaciones de la comunidad.

La población requiere de patrones físicos aportantes a su desarrollo motriz y cognitivo, las actividades son altamente exclusivas e intra murales, lo que impide el acercamiento en un alto porcentaje de la población a la práctica de actividad física, recreación y deporte.

Se espera con el proyecto de investigación y sus resultados el diseño de una propuesta de intervención que permita vincular la comunidad con las Institución para generar acciones que permitan la reconstrucción de tejido social en la comunidad de Vallejuelos.

## Referencias

- Abad, G. (2009). *Concepto, características y orientaciones del deporte actual*. Obtenido de
- Ahedo, J. (2018). ¿Qué aporta John Dewey acerca del rol del profesor en la educación moral? *Foro de Educación*, 16(24), 125-140. doi: <http://dx.doi.org/10.14516/fde.510>
- Amaya Parra, A. G., Hernández, L., & Muñoz Muñoz, D. C. (2020). Análisis de la práctica pedagógica en las facultades de Educación, Humanidades y Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional (2016-2019).
- Ardila, J. J., & Pimiento, L. N. (2020). LA RECONSTRUCCIÓN DEL TEJIDO SOCIAL: UNA MIRADA BIBLIOGRÁFICA. Universidad Cooperativa de Colombia. [http://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/19812/4/2020\\_tejido\\_social.pdf](http://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/19812/4/2020_tejido_social.pdf)
- Bahámon, P. (2009). Las expresiones motrices como sentido pedagógico alternativo para construir tejido social en sectores vulnerables. *Revista Entornos* (22), 1. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3631843>
- Balcázar, F. E. (2003). La investigación-acción participativa en psicología comunitaria. Principios y retos. *Apuntes de psicología*, 419-435.
- Bernate, J., Fonseca, I., Urrea, P., & Amaya, G. (2019). La educación física y el deporte social para la paz y el posconflicto en Colombia. *EmásF: revista digital de educación física*, (61), 33-47.
- Camerino, O. (2000). *Deporte recreativo*. España: INDE.
- Chilito, E. A. (2018). Participación comunitaria, gobernanza y gobernabilidad. Experiencias de construcción de paz en el departamento del Cauca, Colombia, y su aporte al posconflicto, el caso del corregimiento de Lerma. *SciELO* (53).
- Devís, J.; Sánchez, R. (1996): “La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales”, en Moreno, J.A.

- y Rodríguez, P. L.: Aprendizaje deportivo, pp. 159-181. Murcia: Universidad de Murcia.
- Feldman, R. S. (2005). Psicología: con aplicaciones en países de habla hispana. México DF: McGrawHill.
- Ferran. (2000). El deporte en la transición del Milenio. *Scielo*, 10.
- Fink, L. D. 2003. A Self-Directed Guide to Designing Courses for Significant Learning. (Notes based on Fink, L. D. 2003. Creating Significant Learning Experiences: An Integrated Approach to Designing College Courses. Jossey-Bass. San Francisco).
- Gómez Martínez, L. (2017) Desarrollo Cognitivo Y Educación Formal: Análisis A Partir De La Propuesta De Lev Vygotsky. *Universities Philosophical*, 34(69), 53-75. <https://dx.doi.org/10.11144/javeriana.uph34-69.dcef>
- Guette, M., Cruz, N. B., & Hernandez-Peña, Y. K. (2019). El deporte como intervención del tejido social para la paz: estado del arte. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 674-681.  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1994-37332015000100002&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1994-37332015000100002&lng=es&tlng=es)
- Mendoza Zárate, G. y González Candía, J.A. (2016). *Reconstrucción del tejido social: una apuesta por la paz*. México: Buena Prensa.
- Metzler, M. W. (2005), *Instructuional Models for Physical Education*, (2da ed) Arizona: Holcomb Hathaway, Publishers, Inc.
- Moreira, M. (2017) Aprendizaje significativo como un referente para la organización de la enseñanza. *Archivos de Ciencias de la Educación*, 11 (12), e29. Recuperado de [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.8290/pr.8290.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.8290/pr.8290.pdf)
- Ortiz, G. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. DOI: 10.17163/soph.n19.2015.04
- Osorio, E. (2012), construcción de un pensamiento Latinoamericano hacia la consolidación del campo de la Recreación. *Revista Latinoamericana de Recreación*. Volumen 1. Número 2. Enero –Junio 2012 Publicación semestral ISSN 2027-7382
- Pasantes, P. D., & Macias, D. B. (10 de Marzo de 2021). *Prevalencia de actividad física y relación con variables sociodemográficas y estilos de vida, en comunidad San*



- Eduardo. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. Ecuador: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. <http://repositorio.ucsg.edu.ec/handle/3317/16019>
- Perea, A., López, G., Perea, Caballero, A., Reyes, Gómez, U., Santiago, L., Ríos, P., . . . De la Paz, C. (2020). Importancia de la Actividad Física. Revista Médico-Científica de (2). <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj- 2019/sj192h.pdf>
- Pérez, J., & Hernández, V. (2018). Sistematización de la experiencia de intervención social con jóvenes del Barrio Flor del Campo: tejiendo comunidad a través del deporte y la cultura, más allá de la 7. Universidad de Cartagena, Cartagena. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/7585/Trabaj o%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Romero, S. (2000). Primer congreso nacional de deporte escolar . *Reflexiones conceptuales de iniciación deportiva escolar y estudio de dos enfoques metodológicos (pág. 29)*. Sevilla: Doshermanas.
- Sen, A. (2010), El desarrollo Humano. Revista Nacional de Investigación – Memorias. Volumen 8, No. 13.
- Schunk, D. H. (1991). Learning theories. Aneducationalperspective. New York: Mc Millan.
- Villa, J., Londoño, N. Gallego, M. Arango, L. Rosso, I. **La educación física y el deporte social para la paz y el posconflicto en Colombia**
- Zambrano, W. (2018). Influencia de un programa metodológico basado en la teoría sociocultural de Lev Vygotsky para mejorar la producción de textos en el área de comunicación, teniendo en cuenta las costumbres y tradiciones culturales de los alumnos del primer año de educación secundaria de la Institución Educativa “Pedro José Villanueva Espinoza” Porcón Alto – Cajamarca. (Tesis de maestría). Universidad Nacional, Perú. Recuperado de <http://repositorio.unprg.edu.pe/handle/UNPRG/7639>