



Programa de Deporte y Cultura Física en la Formación Profesional de los Estudiantes Universitarios

Sports and Physical Culture Program in the Professional Training of University Students

Wiston Manuel Peñaranda-García

Universidad del Atlántico, Barranquilla, Colombia

*Email de correspondencia: wimapegar57@hotmail.com

Recibido: 25-11-2020

Aceptado: 30-3-2021

Cita sugerida (APA, sexta edición)

Peñaranda, W. (2021). Programa de Deporte y Cultura Física en la Formación Profesional de los Estudiantes Universitarios. *Revista Con-Ciencias del Deporte*, 1(1), 131-152. Recuperado de <http://revistas.unellez.edu.ve/revista/>



Resumen

El objetivo general del estudio se centró en proponer a la Universidad del Atlántico, Colombia, un Programa de Deporte y Cultura Física como complemento del proceso de formación profesional de los estudiantes universitarios. Para ello se abordó el proceso investigativo bajo la modalidad de proyecto factible, apoyado por una investigación de campo de nivel descriptivo y documental, en el marco de un diseño no experimental. La población objeto del estudio involucró a estudiantes de los estratos sociales de clase media y baja de la región de la Costa Atlántica y de la Región Andina de Colombia. La muestra del tipo estratificado probabilístico, se conformó con doscientos cuarenta y cuatro (244) sujetos. La información pertinente, útil para el desarrollo procesal de este trabajo se obtuvo a través de un cuestionario tipo encuesta con el apoyo de una guía de observación directa. La investigación permitió determinar que un programa de deporte y cultura física formalmente establecido, bajo la guía de profesionales especializados, generaría los equipos deportivos de calidad, capaces de proyectar el prestigio de la universidad a través de su participación en eventos deportivos de competencia. Existe así mismo, la necesidad de desarrollar programas específicos de cultura física orientados hacia la ocupación del tiempo libre de los estudiantes, dado la insuficiencia de la oferta de opciones de la universidad.

Palabras clave: Cultura Física, Deportes, Formación.



Abstract

The overall objective of the study focused on proposing to the Universidad Atlántico, Colombia, a Sports and Physical Culture Program as a complement to the professional training process of university students. To this end, the research process was addressed under the feasible project modality, supported by descriptive and documentary field research, within the framework of a non-experimental design. The population under study involved students from the middle and lower-class social strata of the Atlantic Coast region and the Andean Region of Colombia. . A sample of the probabilistic stratified type, consisting of two hundred and forty-four (244) subjects, was taken. The relevant information, useful for the procedural development of this work, was obtained through a survey-type questionnaire supported by a direct observation guide. The research made it possible to determine that a formally established sports and physical culture program, under the guidance of specialized professionals, would generate quality sports teams, able to project the prestige of the university through its participation in competitive sporting events. There is also the need to develop specific physical culture programs oriented towards the occupation of students' free time, given the inadequacy of the university's choice of options.

Keywords: Culture Physical, Sport, Education.

Introducción

En la actualidad, es cada vez más usual que en las consultas médicas, se toque el tema del deporte y la actividad física en términos relacionados con los beneficios que aportan a la salud, por lo cual se prescribe su práctica con mayor asiduidad. La intención se centra en la necesidad de minimizar y/o eliminar riesgos metabólicos y su incidencia en los índices de desarrollo humano. Es decir, se reconoce la importancia que revisten el deporte y el movimiento para la salud física de las personas, independientemente de su edad, posición social o profesión, entre Ramírez, Vinaccia y Suárez (2004) mencionan la creciente preocupación por las consecuencias sociales derivadas del sedentarismo, destacando la importancia que reviste la práctica del deporte y la actividad física en cuanto a su influencia positiva en otros contextos de la vida humana sobre los procesos de socialización, procesos mentales, rendimiento escolar y mejoramiento de la calidad de vida de las personas.

El objetivo del estudio se centró en proponer a la Universidad del Atlántico, Colombia, un Programa de Deporte y Cultura Física como complemento del proceso de formación profesional de los estudiantes universitarios. En el presente artículo se presentan los fundamentos investigativos que sustentan una propuesta para insertar la cultura física y el deporte como un programa adjunto o complementario del plan de estudios de la Universidad del Atlántico, en virtud de la importancia que la actividad física reviste para las personas, considerando que la misma constituye un elemento coadyuvante en el proceso de formación de los profesionales, lo cual motivó a indagar el contexto y las condiciones en que se desarrolla la práctica del deporte y la actividad física en la Facultad de Ciencias de la Educación de la mencionada universidad.

La práctica de la actividad físico-deportiva en la Universidad del Atlántico, a pesar de que la Ley 181 promulgada en Colombia, obliga a las universidades a presentar espacios dedicados al deporte y a la cultura física, una vez transcurridos cinco años de su creación, en la Universidad del Atlántico, creada por ordenanza número 42 del 15 de junio de 1946, se percibe la necesidad de un programa para la

promoción y desarrollo de la actividad física, de modo que su comunidad educativa – estudiantes, docentes y empleados- se involucren en su práctica como parte de su cotidianidad.

Como puede deducirse, esta carencia se contrapone a los principios de la formación y desarrollo integral de los estudiantes de las diversas facultades que ofrece esta universidad, quienes participan poco en actividades programadas por la institución para ocupar su tiempo libre fuera de las actividades estrictamente académicas. Las actividades físicas que se practican en la institución, se reduce al entrenamiento de algunos deportes organizados con pequeños grupos de estudiantes que manejan ciertos fundamentos deportivos básicos del bachillerato para practicar y luego competir en representación de la universidad en eventos regionales, nacionales o internacionales.

Disciplinas como el fútbol, softbol, atletismo y beisbol, se practican en instalaciones arrendadas o prestadas, debido a la insuficiencia de infraestructura deportiva en la universidad, situación que ha ocasionado desmotivación y descontento hacia la práctica del deporte entre los estudiantes. Puede decirse que la cultura física y el deporte han permanecido ausentes del pensum como una práctica obligatoria. Desde su creación, en la Universidad del Atlántico solo se realizan algunos eventos de tipo recreativo, y en ocasiones se organizan grupos para representar deportivamente a la institución, sin el soporte de un programa organizado y sistemático; existen equipos deportivos de ciertas disciplinas, entre ellas, baloncesto, fútbol, fútbol sala, pero no se cuenta con un programa de actividades físicas y deportivas que involucre a toda la comunidad universitaria, desaprovechando la oportunidad de masificar las disciplinas e incidir favorablemente en la selección de talentos deportivos.

La cultura física, no se interpreta como una disciplina o materia específica en sí misma, sino como parte integrante de la cultura universal, que aglutina aspectos legales, institucionales y recursos tecnológicos especialmente diseñados para conferir

valor al ejercicio físico íntimamente ligado al proceso de aprendizaje, elemento coadyuvante del desarrollo humano, imprescindible como medio para la formación integral de las personas. Blasco (1994), aporta su definición de actividad física como: "...cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que conlleva un gasto de energía". Refiere también que el ejercicio físico involucra la actividad física que responde a una planeación, bien estructurada y realizada en forma repetitiva, con la pretensión de adquirir, mantener o mejorar la forma física, mientras que en el campo deportivo, la actividad física asume un carácter de naturaleza competitiva que atiende a ciertas reglas institucionalizadas.

Históricamente el deporte como fenómeno social forma parte de la cultura física de los pueblos, promueve el desarrollo integral de la formación de los diversos grupos etarios, bajo condiciones específicas, como en los programas deportivos de desarrollo positivo (Acuña & Acuña, 2011; Jiménez y Durán, 2005). También posee un potencial para influir en el desarrollo de la personalidad, promueve valores y virtudes, por su carácter socializador. (Donaldson & Ronan, 2006; Powell et al., 2011; Roque, (2009).

A su vez, el deporte es un fenómeno social-económico en constante expansión, el cual bajo acertadas orientaciones pedagógicas, contribuye en gran medida a desarrollar prosperidad y solidaridad en la persona joven o adolescente (Jones, Dunn, Holt, Sullivan, & Bloom, 2011; Wells & Banning, 2008). Existe una conexión permanente entre la persona y su entorno, y a su vez entre las diversas acciones humanas que realiza. Por tanto, el movimiento y la actividad física son componentes invariables e intrínsecos de la práctica deportiva, lo cual es posible gracias a la motricidad, que a su vez influye en los aspectos bio-motrices, psicomotrices y socio motrices.

Así, la práctica deportiva por sí misma es esencial e indispensable para la formación integral del ser humano, en virtud de que sus repercusiones traspasan las fronteras de lo físico. Es indudable su influencia sobre las funciones psicológicas (emocionales) y sociales (relacionales). El movimiento, el desplazamiento, la actividad

física, tienen sus raíces en la necesidad de supervivencia en épocas primitivas; a la postre se derivó ello como factor determinante para la participación en las guerras, exposición del propio ser, competencias, espectáculos y uso del tiempo libre.

En la actualidad la cultura física se visiona como un estilo de vida, y el deporte se ha asimilado como un factor coadyuvante de los procesos de formación del ser humano, forjador del carácter, la personalidad y la vida sana –desde todo punto de vista- en sociedad. Hoy por hoy el deporte es objeto de investigación científica en muchas universidades. Kasuga (1999) destaca la importancia del deporte y la actividad física como eje integrador del proceso de aprendizaje al referir que cuando la práctica de las actividades y el deporte es presentada a través de todos los sentidos: “Los estudiantes no solamente conocen un estilo de aprendizaje, sino que desarrollan nuevos procesos de pensamiento que aplicarán el resto de sus vidas”.

Rodríguez (2015), menciona la resolución emitida por la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2003) titulada “El deporte como medio para fomentar la Educación, la Salud, el Desarrollo y la Paz”, y cita: “El deporte y la educación física enseñan valores esenciales y destrezas de vida incluyendo la confianza en sí mismo, el trabajo en equipo, la comunicación, la inclusión, la disciplina, el respeto y el juego limpio” (ONU, 2005). Se infiere aquí, lo imperativo de considerar al deporte como carrera de estudio, o al menos como programa adjunto o complementario del pensum de estudios universitarios, con carácter obligatorio para la formación profesional, sobre la base de una gestión dirigida a organizar, desarrollar e incrementar la participación de la comunidad universitaria en las distintas facultades.

Torres y Moleiro (2008), refiriéndose a la práctica del deporte y la cultura física, afirman que ello “...favorece la formación de seres autónomos, capaces de usar sus conocimientos (conceptos y explicaciones) en la satisfacción de demandas de bienestar”. Esto significa que más que formar atletas de alto rendimiento para la competencia deportiva, es trata de ofrecer las condiciones requeridas para orientar el buen uso del tiempo libre de los estudiantes universitarios a través del desarrollo de

la cultura física, sobre la base de la práctica de deportes de conjunto que respondan a la necesidad de ocupar sanamente el tiempo libre para satisfacer necesidades de bienestar personal y social, al mismo tiempo que los estudiantes alcanzan el dominio de fundamentos, técnicas, estrategias en función del desarrollo de sus sistemas corporales y la organización de eventos.

Metodología

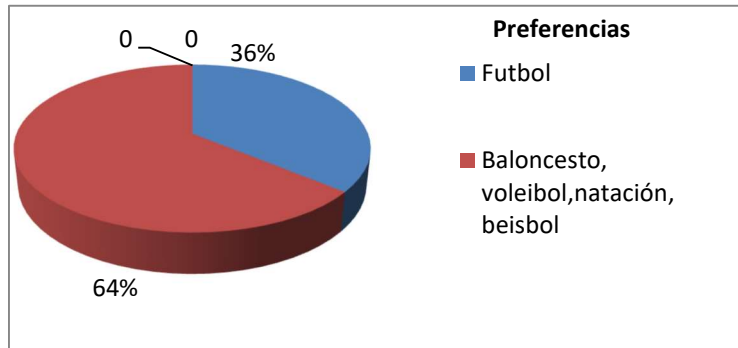
Se abordó el proceso investigativo bajo la modalidad de proyecto factible, apoyado por una investigación de campo, nivel descriptivo y documental, bajo un diseño no experimental. (Arias 2006; Hernández, Fernández y Batista 2012; Balestrini 2012), La población estuvo conformada por 3.501 sujetos pertenecientes a los estratos sociales de clase media y baja, habitantes de la región Costa Atlántica y la Región Andina de Colombia; miembros de la comunidad educativa de la Facultad de Educación de la Universidad del Atlántico, conformada por un (1) decano-coordinador docente, (500) trabajadores y (3.000) estudiantes.

La muestra de tipo estratificada-probabilística, se conformó con (244) sujetos a quienes se les aplicó un cuestionario tipo encuesta a fin de obtener información auténtica y fiable, útil para el desarrollo procesal de este trabajo. Paralelamente se utilizó una guía de observación directa en clases, charlas, prácticas deportivas, registrando cada caso considerado como pertinente a los intereses de la investigación. El estudio se orientó a la búsqueda de alternativas para solventar la necesidad de darle buen uso al tiempo libre de los estudiantes a través del desarrollo de actividades para fomentar la cultura física, sobre la base de la práctica deportiva. El nivel de la investigación –como ya se dijo- se ubicó en la modalidad de proyecto factible, con la intención de proponer el Programa de Deporte y Cultura Física: Un complemento al proceso de formación profesional de los estudiantes universitarios.

Resultados

La Aplicación del instrumento permitió dar respuesta a las Interrogantes de la Investigación Los siguientes gráficos muestran los resultados obtenidos de la aplicación del instrumento de investigación:

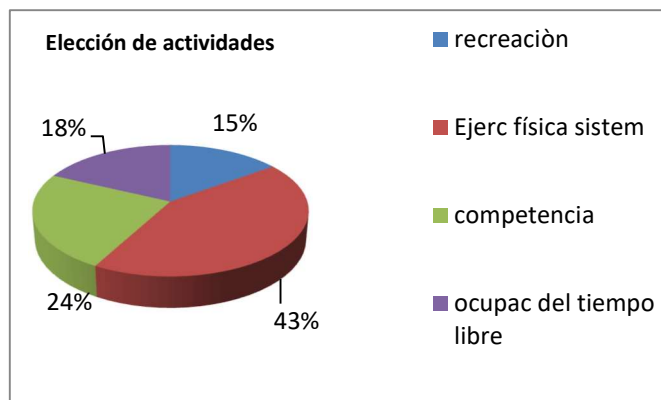
Gráfico 1. Distribución de las preferencias de los estudiantes, respecto a la práctica deportiva



Análisis

El **36%** de los encuestados dijo preferir el futbol, porque es un deporte mundial y muy bien remunerado; además de contribuir con la buena salud, favorece las relaciones familiares, laborales y de amistad. El **64%** prefiere el baloncesto, voleibol, natación y beisbol. Se infiere el interés de los estudiantes de la Universidad del Atlántico por las actividades deportivas, sobre todo por deportes de conjunto.

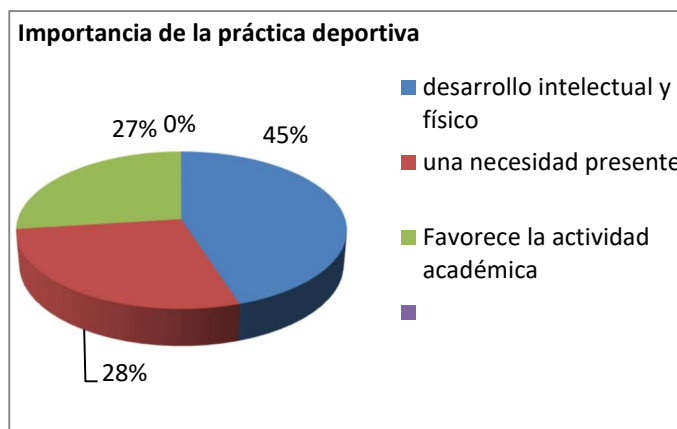
Gráfico 2. Interés de los estudiantes por participar en actividades de corte deportivo.



Análisis

El interés de los estudiantes se concentra en la ejercitación física sistemática, con un **43%**. El **24%** muestra interés en participar en eventos de competencia, y el **33%** restante se interesa por la recreación y la ocupación del tiempo libre. De aquí se desprende que la población objeto del estudio estaría en disposición de participar en eventos relativos a la cultura física y el deporte en el recinto universitario.

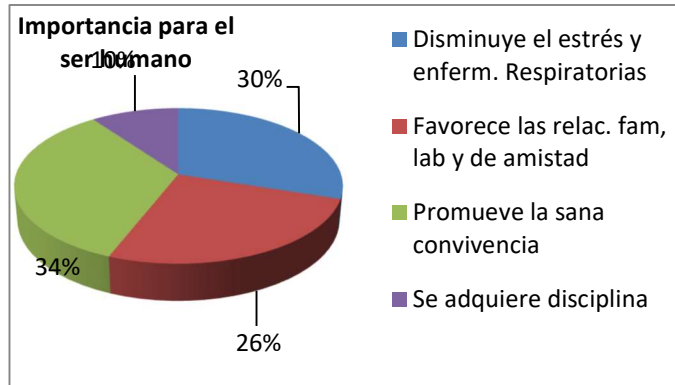
Gráfico 3. Importancia que se le otorga a la cultura física y el deporte en la Universidad del Atlántico



Análisis

La práctica deportiva reviste gran importancia; contribuye con el desarrollo intelectual, físico y humano (**45%**); es una necesidad presente en la Universidad, (**28%**) y favorece la realización de la actividad académica (**27%**). Ello indica que para la comunidad universitaria en general, la cultura física y el deporte son actividades muy importantes, cuya práctica sistemática es necesaria en el campus universitario.

Gráfico 4. Importancia de la cultura física y el deporte para el ser humano



Análisis

El **30%** expresa que la cultura física y el deporte contribuyen a disminuir los problemas de salud por el estrés y las enfermedades respiratorias. El **26%** observa que benefician en mucho las relaciones familiares, laborales y de amistad. El **34%** opina que promueven la sana convivencia y la armonía en cualquier contexto en que se practiquen, y el **10%** menciona que no solo se aprende sino que se adquiere disciplina.

Gráfico 5. Satisfacción de expectativas para ocupar el tiempo libre



Análisis.

De las respuestas obtenidas se infiere que la oferta de opciones para desarrollar actividades dirigidas a la ocupación del tiempo libre es insuficiente. Las respuestas se distribuyeron así: Existen muy pocas opciones (**38%**). El **42%** expresa que la mayor opción es la práctica del fútbol; se requieren clubes deportivos para otras disciplinas. El (**20%**) expresa la necesidad de programas específicos para la ocupación del tiempo libre de los estudiantes.

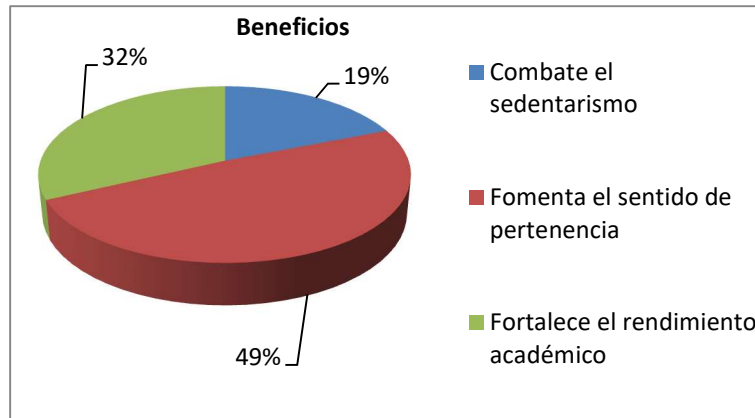
Gráfico 6. Programa formal de cultura física y deportes.



Análisis

Para el **100%** de los encuestados es favorable. **37%** opina que la práctica sistemática programada y guiada por docentes especializados, incidiría en el mejoramiento de la planificación y regularización de la cultura física y el deporte. El **44%** cree que ello daría lugar a la proyección exitosa de la universidad en eventos de competencia deportiva. El **19%** expresa que un programa formal garantizaría la calidad de los servicios deportivos.

Gráfico 8. Beneficios de un programa de cultura física y deporte en la universidad



Análisis

Los encuestados consideran como beneficioso el programa de cultura física y deportes como práctica sistemática, debido a que: Promueve un estilo de vida saludable y combate el sedentarismo (19%); fomenta el sentido de pertenencia (49%), y fortalece el rendimiento académico (32%)

Discusión

Un análisis de los resultados obtenidos de la investigación, permiten confirmar, según opiniones de la comunidad estudiantil de la Universidad del Atlántico, Colombia, que la práctica deportiva en el campus universitario a través de un Programa de Deporte y Cultura Física, es una necesidad y una aspiración, dado que complementaría el proceso de formación profesional, por lo cual debería incluirse en todas las facultades, con el propósito centrado en el desarrollo integral de los estudiantes, y que desde allí, se lleve a cabo el acompañamiento del personal docente, administrativo y empleados en la práctica sistemática de los deportes, con la creación de clubes deportivos, según sus preferencias y necesidades.

La investigación permitió determinar que un programa de deporte y cultura física formalmente establecido, bajo la guía de profesionales especializados, generaría los equipos deportivos de calidad, capaces de proyectar el prestigio de la universidad a través de su participación en eventos deportivos de competencia. Existe así mismo, la necesidad de desarrollar programas específicos de cultura física orientados hacia la ocupación del tiempo libre de los estudiantes, dado la insuficiencia de la oferta de opciones de la universidad.

Es significativo el interés de los estudiantes en participar en actividades de corte deportivo, bien para la competencia, como ejercitación física sistemática, como recreación o simplemente para ocupar su tiempo libre, de donde se reafirma la disposición y el ánimo de participar en actividades programadas a través de clubes deportivos.

El interés también se vuelca hacia la posibilidad de que se desarrolle la práctica sistemática formal, programada y guiada por docentes especializados, lo cual incidiría en el mejoramiento de la planificación y regularización de la cultura física y el deporte en el recinto universitario.

Se observó durante la investigación un elevado nivel de motivación por parte de los estudiantes, quienes manifestaron su preferencia hacia la práctica de los deportes de conjunto, como el fútbol, softbol, béisbol y baloncesto. En menor medida prefieren natación, tenis y ajedrez.

Cabe destacar que para los encuestados, un programa de cultura física y deportes con categoría institucional, sería beneficioso en vista de que promueve un estilo de vida saludable y fomenta el sentido de pertenencia a la universidad.

Propuesta

Programa de Deporte y Cultura Física: Un Complemento al Proceso de Formación Integral de los Estudiantes Universitarios

Introducción

La propuesta se sustenta en los resultados obtenidos a partir de la investigación desarrollada en el campus de la Universidad del Atlántico, Colombia. La misma permitió a los investigadores identificar las preferencias de los estudiantes respecto a la práctica de la cultura física y el deporte. Permitió además analizar la importancia que reviste para este centro educativo la participación de sus estudiantes en actividades de corte deportivo, para complementar su formación profesional, con la intención de beneficiar su rendimiento académico y la adquisición de un estilo de vida saludable, donde prevalezcan la sana convivencia, la ocupación positiva del tiempo libre, y la participación exitosa en eventos de competencia deportiva donde se proyecte el prestigio de la universidad, en el ámbito local, regional e internacional.

El programa que se presenta pretende que los participante internalicen el compromiso que exige su responsabilidad personal y social, ya que le brindan la oportunidad de enfrentar con éxito desafíos de la vida cotidiana de los jóvenes y los riesgos sociales existentes en ella, mediante las competencias aprendidas en el deporte (Jiménez y Durán, 2005). Así mismo el programa es una vía para el fomento y adquisición de valores tales como: el auto-control, la autoestima, la empatía, el

esfuerzo, la autonomía, la cooperación y el liderazgo; así como de generar cambios de conducta positivos en los estudiantes más problemáticos (Pardo, 2008).

Las prácticas deportivas presentan orientaciones positivas con la intención además de fomentar valores, mejora la inserción social y control de la agresión de los estudiante universitarios (Burt & Butler, 2011; ONU, 2003; Wells & Banning, 2008; Willemse, Smith, & Van Wyk, 2011); así como la enseñanza de estrategias que coadyuven a superar con éxito situación cotidianas en la vida de cada participante durante su permanencia en la universidad y su entorno (Araya, Atencio, Badilla, Cordero y Obando, 2004).

El Programa de deporte y cultura física, se propone a la Universidad del Atlántico, como opción para satisfacer las expectativas de los estudiantes respecto a su necesidad de participar en prácticas sistemáticas programadas bajo la orientación de personal docente en el área deportiva. El propósito del programa es facilitar la toma de decisiones respecto a lo que se va a hacer, lo cual exige:

Tabla N°1. Aspectos a considerar en la Toma de Decisiones

Planificación	Organización	Coordinación
Considerar las políticas institucionales, objetivos específicos, métodos y procedimientos relativos a la implementación del Programa.	Establecer la estructura del Programa, con un nivel Directivo, Coordinaciones, Unidades Técnicas, Unidad de Comunicación y difusión, además de personal de apoyo, para que, como equipo de trabajo, diseñen y desarrollen los proyectos particulares para la práctica sistemática de las diferentes disciplinas deportivas en el campus universitario.	Obtener los recursos institucionales, financieros, humanos, materiales, y otros, requeridos para llevar a cabo los proyectos trazados para el Programa de Cultura Física y Deportes.

Objetivos

Impulsar el Programa de Cultura Física y Deporte, promoviendo y organizando actividades de corte deportivo orientadas a la satisfacción de las expectativas y

necesidades de la población estudiantil de la Universidad del Atlántico, con miras a mejorar su entorno social, cultural y su rendimiento académico.

Atender demandas relativas a la recreación y el bienestar humano, la salud y la estética en el marco de las actividades físicas fundamentales de la cultura física, a fin de minimizar los niveles de sedentarismo existente entre la población estudiantil y al mismo tiempo fomentar el sentido de pertenencia a la Universidad del Atlántico.

Normativas

Las normativas del Programa se establecerán sobre la base de los reglamentos internos de la institución, necesarias para regular y consolidar su funcionamiento en conjunto. Desde allí se regularán las prácticas deportivas en el ámbito del campus universitario.

Estrategias

Implementar diversas campañas publicitarias para promocionar el Programa de Cultura Física y Deporte a través de radio, carteleras, panfletos, afiches, entre otros medios de difusión disponibles en la universidad.

Involucrar las autoridades, empleados y estudiantes de la diferentes Facultades de la Universidad, durante el proceso de implementación y desarrollo del Programa para alcanzar una participación masiva.

Tabla N°2. Áreas del Programa

CULTURA FÍSICA	DEPORTES		
<p>a. Práctica sistemática de actividades físicas fundamentales de la Cultura Física, tales como correr, saltar y lanzar, que son habilidades básicas del ser humano.</p> <p>b. Práctica sistemática de ejercicios formativos a manos libres, en aparatos, que son habilidades gimnásticas.</p>	Denominación	Propósitos	Estrategias
	<p>Deportes de conjunto Baloncesto. 36 h. Voleibol. 36 h. Fútbol de salón. 36 h. Fútbol. 36 h.</p>	<p>Consolidar valores sociales; fomentar la buena salud, la sana convivencia y la proyección positiva hacia la comunidad. Mejorar las condiciones motrices. Desarrollar la capacidad para superar dificultades de tipo psicomotor y/o socio afectivo.</p>	<p>Disertaciones Demostraciones Vivenciales Audiovisuales Prácticas dirigidas</p>
	<p>Deportes individuales Halterofilia (Levantamiento de pesas) 36 h.</p>	<p>Entrenar la fuerza funcional del cuerpo y la fuerza mental además de la técnica y la velocidad, para despertar el deseo de superación y la fuerza de voluntad.</p>	<p>Observación directa. Disertación Demostración de movimientos. Prácticas dirigidas</p>
	<p>Atletismo 36 h. (Deporte de competición). Maratón, cross, saltos, carreras, lanzamientos,</p>		<p>Organización de los participantes. Trabajo en equipo.</p>
	<p>Físico-culturismo. 36 horas Es un tipo de deporte basado en ejercicio físico intenso, anaeróbico.</p>	<p>Promover un estilo de vida saludable basada en el ejercicio físico y la alimentación sana.</p>	<p>Observación directa. Disertación Demostración de movimientos.</p>
<p>Ajedrez. 36 horas</p>	<p>Promover la sana competencia en un ambiente de respeto e integración. Desarrollar la resiliencia. Fomentar los valores democráticos, el orden colaboración, atención, diálogo y confianza.</p>	<p>Disertación Demostración de movimientos. Prácticas dirigidas</p>	

Reflexión final

La inclusión del Programa de Cultura Física y Deporte como complemento al proceso de formación de los estudiantes universitarios, contribuirá a minimizar el sedentarismo existente en la Universidad del Atlántico optimizando la salud general de los participantes; fomentará el mejoramiento de su rendimiento académico, cultural, psico-afectivo, y por ende, su desenvolvimiento en el entorno laboral en el futuro. Cabe señalar que los programas de cultura física y deporte son alternativas eficaces en el fomento de valores (Cecchini, Cecchini, Fernández, y González, 2011; Donaldson & Ronan, 2006); Sin embargo tienden a ser influenciados por factores externos debido a la tendencia de valorar la competencia deportiva en sí misma como valor social, desvirtuando su propósito principal restándole eficacia a estos programas (Gutiérrez, 2007). También resalta el hecho de que el carácter formativo si la estructurar los procesos formativos puede debilitarse y por ende los efectos básicos de este tipo de propuestas (Mutz & Baur, 2009).

En este orden de ideas la práctica deportiva debe ser concebida como parte de la recreación física o de las actividades físicas de tiempo libre entendidas como " todas las actividades de contenido físico-deportivo a los que se dedica el hombre en su tiempo libre con fines de entretenimientos, esparcimientos al aire libre, competitivas o prácticas sistemáticas de actividades específicas siempre y cuando prime su voluntad y la selección de cuando, como y donde la realiza en función de su desarrollo personal." (Pérez, 2003).

En correspondencia surge la concepción de los llamados programas deportivos positivos, los cuales buscan potenciar el desarrollo de competencias intrínsecas en los participantes, entre los que resaltan: el juicio crítico, la tolerancia y la autonomía; Se convierten en estrategias para alcanzar la eficiencia del individuo en su entorno y globalmente (Escartí, Gutiérrez, Pascual y Marín, 2006; Escartí, Buelga, Gutiérrez y Pascual, 2009; Pascal, Escartí, Llopis y Gutiérrez, 2011; Wright & Li, 2009).

Se espera que la propuesta presentada incentive a las autoridades de la Universidad del Atlántico a establecer las políticas y lineamientos generales para regularizar y normar la práctica de la cultura física y los deportes a partir de la creación de una estructura organizativa específica del Programa, de donde emanen los proyectos particulares para la práctica sistemática de las diferentes disciplinas deportivas en el campus universitario. Lo interesante radica en la posibilidad de que, al contar con equipos deportivos de calidad, la institución universitaria se proyecte más hacia su entorno comunitario y sus zonas de influencia.

Incrementar la oferta de opciones para la práctica deportiva organizada, y para el desarrollo la cultura física como un estilo de vida, favorecerá el entorno social de la universidad, toda vez que los estudiantes podrán ocupar su tiempo libre, establecerán relaciones interpersonales positivas, pasarán más tiempo en el campus universitario y profundizarán su sentido de pertenencia a la institución.

Referencias

- Arias (2006) *El Proyecto de Investigación. Guía para su Elaboración*. Caracas, Venezuela. Consultores Asociados B. L. Servicios Editorial Quinta edición.
- Acuña, Á., & Acuña, E. (2011). *Sport as a platform for values education*. *Journal of Human Sport & Exercise*, 6(4), 573-584.
- Araya, R. A, Atencio, H., Badilla, C. A., Cordero, H. L, Obando, G. (2004). *Programa de juegos deportivos recreativos para la formación de valores en niños y niñas en una escuela urbana marginal de Pérez Zeledón*. Tesis no publicada, Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Salud. Universidad Nacional de Costa Rica.
- Balestrini (2012), *Como elaborar se elabora el proyecto de investigación*. Sexta Edición. Editorial BL. Caracas
- Burt, I., & Butler, S. (2011). *Capoeira as a Clinical Intervention: Addressing Adolescent Aggression with Brazilian Martial Arts*. *Journal of Multicultural Counseling & Development*, 39(1), 48- 57.
- Colmenares A. (2008). *Revista de Educación*, Año 14, Número 27. Melchor Gutiérrez Sanmartín. Apunts. Educación física y deportes>Vol.1, Ným.51.

- Cecchini, C., Cecchini, J. A., Fernández, J., y González, C. (2011). *Repercusiones del Programa Delfos sobre los niveles de agresividad en las clases de educación física: Actividades colaborativas versus competitivas*. Disponible: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3844404>
- Donaldson, S. J., & Ronan, K. R. (2006). *The effects of sports participation on young adolescents' emotional well-being*. *Adolescence*, 41(162), 369-389
- Escartí, A., Gutiérrez, M., Pascual, S. M., y Marín, D. (2006). *Enseñando responsabilidad personal y social a un grupo de adolescentes de riesgo: un estudio «observacional»*. *Revista de Educación* 341, 373-396.
- Escartí, A., Buelga, S., Gutiérrez, M. y Pascual, C. (2009). *El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: El programa de responsabilidad personal y social*. [Documento en línea] Disponible: <http://www.uv.es/lisis/sofia/rev-psicol.pdf> [Consulta: 2019, noviembre, 15]
- Gutiérrez, D. (2007). *Modelo de Intervención para educar en valores a través del fútbol: Una experiencia con entrenadores de fútbol de la comunidad de Madrid*. Tesis Doctoral Universidad Politécnica de Madrid, España.
- Hernández, Fernández y Baptista (2012). *Metodología de la Investigación*. Editorial McGraw-Hill
- Jiménez, P. J., y Durán, L. J. (2005). *Actividad física y deporte en jóvenes en riesgo: educación en valores*. Recuperado de: http://articulos-apunts.edittec.com/80/es/080_013-019ES.pdf.
- Kasuga de Y. Linda. (1999) *Aprendizaje acelerado. La importancia de la Educación Física y el deporte en la formación integral del estudiante del Colegio de Ciencias y Humanidades* EcuRed. Enciclopedia cubana. [Artículo en línea] Disponible en: https://www.ecured.cu/Cultura_F%C3%ADsica#Beneficios_de_la_cultura_f.C3.ADsia. [Consulta: 2019, marzo 2019]
- Organización de Naciones Unidas [ONU] (2003). *El deporte como instrumento de prevención en el uso Indebido de Drogas*. [Documento en línea] Disponible: http://www.unodc.org/pdf/youthnet/handbook_sport_spanish.pdf [Consulta: 2019, septiembre 19].
- Pardo, G. (2008). *La transmisión de valores a jóvenes socialmente desfavorecidos a través de la actividad física y el deporte*. Estudio múltiple de casos: Getafe, L'Aquila y los Ángeles. Tesis Doctoral: Universidad Politécnica de Madrid. España.

- Pascal, C., Escartí, A., Llopis, R. y Gutiérrez, M. (2011). *La percepción del profesorado de educación física sobre los efectos del programa de responsabilidad personal y social (PRPS) en los estudiantes*. [Documento en línea] Disponible: http://www5.uva.es/agora/revista/13_3/agora13_3f_pascual_et_al. [Consulta: 2019, septiembre 20].
- Pérez, A. (2003). *Recreación. Fundamentos teóricos metodológicos*. La Habana, Editorial Deportes
- Powell, N. P., Boxmeyer, C. L., Baden, R., Stromeyer, S., Minney, J. A., Mushtaq, A., & Lochman, J. E. (2011). *Assessing and treating aggression and conduct problems in schools: Implications from the Coping Power program*. *Psychology in the Schools*, 48(3), 233-242. doi:10.1002/pits.20549
- T Blasco, LC Ortís, Ortizeliu (1994). *Anuario de psicología/The UB Journal of*
- Pérez, J. y Merino M. (2017) *Definición de Diseño Curricular*. [Documento en línea] Disponible en <https://definiciónde/diseño-curricular/>. [Consulta: 2019, marzo 20]
- Roque, J. (2009). *Educación en Valores a través del Deporte. Guía Práctica. Cultura, Ciencia y Deporte*, 4(10), 61-62.
- Wells, M., & Banning, S. G. (2008). *The Logic of Youth Development: Constructing a Logic Model of Youth Development through Sport*. *Journal of Park & Recreation Administration*, 26(2), 189-202
- William Ramírez Stefano Vinaccia / Gustavo Ramón Suárez *El Impacto de la Actividad Física y el Deporte Sobre la Salud, la Cognición, la Socialización y el Rendimiento Académico: Una Revisión Teórica*. *Revista De Estudios Sociales*, No. 18, Agosto De 2004, 67-75.
- Willemse, M. M., Smith, M. R., & Van Wyk, S. B. (2011). *The relationship between self-efficacy and aggression in a group of adolescents in the peri-urban town of Worcester, South Africa: Implications for sport participation*. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation & Dance*, 90-102.
- Wright, P. M., & Li, W. (2009). Exploring the relevance of positive youth development in urban physical education. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 14(3), 241-251