

PROPUESTA FORMATIVA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS RELACIONES
INTERPERSONALES DE LOS PORRISTAS DEL CLUB DE DESARROLLO DEPORTIVO
DEL INDER MEDELLÍN

VIVIANA MARCELA CARTAGENA TABORDA

LUIS GUILLERMO MAZO RINCÓN

JOHAN CALLE TORRES

UNIVERSIDAD CATOLICA DE ORIENTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES
MEDELLIN, ANTIOQUIA

2020

PROPUESTA FORMATIVA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS RELACIONES
INTERPERSONALES DE LOS PORRISTAS DEL CLUB DE DESARROLLO DEPORTIVO
DEL INDER MEDELLÍN

VIVIANA MARCELA CARTAGENA TABORDA

LUIS GUILLERMO MAZO RINCÓN

JOHAN CALLE TORRES

Proyecto para obtener título de licenciatura en
Educación Física Recreación y Deportes

Asesora:

Magister Esmeralda Caballero Escorcía

UNIVERSIDAD CATOLICA DE ORIENTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES
MEDELLIN, ANTIOQUIA

2020

NOTA DE ACEPTACIÓN

FIRMA DEL PRESIDENTE DE JURADO

FIRMA DE JURADO

FIRMA DE JURADO

Medellín, junio de 2.020

DEDICATORIA

Dedicamos nuestro trabajo y esfuerzo, a todas aquellas personas que creyeron en nosotros, nos apoyaron y acompañaron, en cada uno de los pasos que, en este punto, nos conducen a la realización de este sueño y la obtención de nuestro título como licenciados.

Igualmente, dedicamos este proyecto a cada uno de nuestros docentes y educadores, quienes creyeron en nosotros y nos aportaron, a través del ejemplo y sus conocimientos, los recursos suficientes para crecer, como personas y profesionales.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darnos la vida y permitirnos llevar a feliz término nuestro proceso formativo, bendiciendo nuestros esfuerzos y labores cotidianas.

A nuestros compañeros, quienes aportaron a nuestro crecimiento y semana a semana nos permitían crecer, en la amistad y el conocimiento. Gracias por ser cómplices y amigos en esta gran aventura de conocimiento.

A nuestra institución, que nos brindó la oportunidad de profesionalizarnos y aportar a la transformación de la sociedad, a través del noble ejercicio de la docencia.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
1. Antecedentes de Investigación	11
1.1. Antecedentes Internacionales	11
1.2. Antecedentes Nacionales	16
1.3. Antecedentes Locales	20
2. Planteamiento del Problema	25
3. Pregunta de Investigación	28
4. Justificación	29
5. Objetivos	31
5.1. Objetivo General	31
5.2. Objetivos Específicos	31
6. Marco Teórico	32
6.1. Relaciones interpersonales	32
<i>6.1.1. Relación Interpersonales y Pedagogía</i>	<i>32</i>
<i>6.1.2. Las Relaciones Interpersonales y la personalidad.</i>	<i>34</i>
<i>6.1.3. Consolidación del Sujeto Social</i>	<i>37</i>
6.2. El porrismo	40
<i>6.2.1. Consolidación del deporte</i>	<i>40</i>
<i>6.2.2. Valores Asociados al Porrismo</i>	<i>42</i>
6.3. Técnicas del porrismo y Trabajo en Equipo	42
<i>6.3.1. Esquema</i>	<i>43</i>
<i>6.3.2. Partner</i>	<i>43</i>
<i>6.3.3. Best men o cheer:</i>	<i>44</i>
<i>6.3.4. Escuadras</i>	<i>44</i>

	7
<i>6.3.5. Acrobacia y lanzamientos</i>	45
7. Diseño Metodológico	46
7.1. Tipo de Investigación	46
7.2. Método de Investigación	47
7.3. Población	47
7.4. Muestra	47
<i>7.4.1. Criterios de inclusión</i>	48
<i>7.4.2. Criterios de exclusión</i>	48
7.5. Técnicas para la recolección de la información	48
<i>7.5.1. Entrevista semi estructurada.</i>	48
8. Resultados y Discusión	50
8.1. Entrevista Semiestructurada	50
8.2. Propuesta Formativa	54
8.2.1. Objetivo de la propuesta	54
<i>8.2.2. Metodología de la propuesta</i>	54
<i>8.2.3. Competencias a desarrollar</i>	54
<i>8.2.4. Descripción de las Actividades Propuestas</i>	55
9. Conclusiones	65
Referencias Bibliográficas	67
Anexos	73

LISTA DE ILUSTRACIONES

	Pág.
Ilustración 1 Representación Gesto Técnico N° 1	43
Ilustración 2 Representación Gesto Técnico N° 2	43
Ilustración 3 Representación Gesto Técnico N° 3	44
Ilustración 4 Representación Gesto Técnico N° 4	45
Ilustración 5 Representación Gesto Técnico N° 5	45
Ilustración 6 Descriptor Visual Sesión N° 1	73
Ilustración 7 Descriptor Visual Sesión N° 2	73
Ilustración 8 Descriptor Visual Sesión N° 3	74
Ilustración 9 Descriptor Visual Sesión N° 4	74
Ilustración 10 Descriptor Visual Sesión N° 5	75
Ilustración 11 Descriptor Visual Sesión N° 6	75
Ilustración 12 Descriptor Visual Sesión N° 7	76
Ilustración 13 Descriptor Visual Sesión N° 8	76
Ilustración 14 Descriptor Visual Sesión N° 9	77

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Síntesis Nominal Antecedentes Internacionales	11
Tabla 2 Síntesis Nominal Antecedentes Nacionales	16
Tabla 3 Síntesis Nominal Antecedentes Locales	21
Tabla 4 Bases psicológicas de las relaciones interpersonales	37
Tabla 5 Principios Axiológicos de las relaciones interpersonales	42
Tabla 6 Descriptor Didáctico Sesión N° 1	55
Tabla 7 Descriptor Didáctico Sesión N° 2	56
Tabla 8 Descriptor Didáctico Sesión N° 3	57
Tabla 9 Descriptor Didáctico Sesión N° 4	58
Tabla 10 Descriptor Didáctico Sesión N° 5	59
Tabla 11 Descriptor Didáctico Sesión N° 6	60
Tabla 12 Descriptor Didáctico Sesión N° 7	61
Tabla 13 Descriptor Didáctico Sesión N° 8	62
Tabla 14 Descriptor Didáctico Sesión N° 9	63
Tabla 15 Descriptor Didáctico Sesión N° 10	64

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
figura 1 Esquema Modelador de la Personalidad C. Rogers	34

1. Antecedentes de Investigación

Para la realización de la presente investigación, se hace necesario hacer un rastreo a proyectos e iniciativas de investigación ubicados en los contextos internacional, nacional y local, con el objetivo de indagar el estado del arte del tema y objeto de investigación.

1.1. Antecedentes Internacionales

De la pesquisa de antecedentes en el contexto internacional, emergen procesos desarrollados en países latinoamericanos e ibéricos, donde el porrismo se ha consolidado como una práctica generalizada y objeto de reflexión de la academia; en la siguiente tabla se detallan los principales estudios que inspiraron y nutrieron nuestra labor.

Tabla 1

Síntesis Nominal Antecedentes Internacionales

Título	Año	Autores
Guía interactiva de porrismo para la enseñanza de los niveles 1 y 2, del Campus Presbítero Benjamín Núñez de Costa Rica.	2008	Gabriel Azofeifa Saborio y Ana Elisondo Blanco
Incidencia de un programa de entrenamiento de gimnasia para Cheerleader en el equipo de categoría juvenil de la ciudad de Quito	2012	Luis Antonio Fonseca
Educación de las relaciones interpersonales a través de la educación física en primaria	2015	Juan Antonio Andueza Azcona
Relaciones interpersonales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes del	2018	Mikenly Cristina Rojas Bolívar

En primera instancia conviene citar el trabajo titulado “Guía interactiva de porrismo para la enseñanza de los niveles 1 y 2, del Campus Presbítero Benjamín Núñez de Costa Rica” que tuvo como objetivo general, realizar una Guía Interactiva acerca de la enseñanza de los fundamentos del porrismo en los niveles 1 y 2. Metodológicamente este trabajo se dividió en los niveles de enseñanza del porrismo, desde el inicial hasta el profesional, teniendo en cuenta los reglamentos internacionales de su práctica como deporte desde el 2008.

De igual manera analiza como el entorno deportivo se convierte en un medio de influencias socializadoras que juegan un papel importante en la formación de características personales del niño/a. Para (Azofeifa & Elisondo , 2014), el deporte tiene incidencia directa en la “percepción de habilidad; en las consecuencias emocionales y afectivas de la práctica deportiva de atletas jóvenes, en la participación, motivación, compromiso y grado de implicación en el deporte o en la retirada del mismo y también en la transmisión de valores y en el desarrollo moral de los jóvenes” (p.20).

Este proceso investigativo es un elemento importante para nuestro trabajo en tanto hace aportes desde lo didáctico, es decir desde los procesos de enseñanza y aprendizaje del porrismo como disciplina deportiva a la vez que también se sirve de una metodología analítica que permite identificar la importancia de la autorregulación en las prácticas deportivas por parte de los deportistas en formación, constituyéndose en un elemento fundamental de crecimiento físico y táctico por parte de los aprendices.

La formación del profesorado se constituye en un elemento imprescindible a la hora de hacer cambios en las rutas metodológicas para la enseñanza deportiva, ya que el replanteamiento didáctico implica una reflexión profunda sobre la forma como se aprende y se enseñan procesos deportivos, entendiendo de esta manera que modificar los procesos metodológico conllevan a una modificación en el pensamiento de los instructores, docente so entrenadores.

De otro lado, la investigación titulada “Incidencia de un programa de entrenamiento de gimnasia para Cheerleader en el equipo de categoría juvenil de la ciudad de Quito”, indaga sobre los modelos o planes de entrenamiento propio del cheerleader como deporte y las características físicas y técnicas de quienes lo practican; el objetivo general de esta apuesta investigativa fue determinar la incidencia de un programa de entrenamiento de gimnasia para cheerleader en el equipo de categoría juvenil de la ciudad de Quito, la metodología fue mixta, con instrumentos como test para recolectar información de procedimientos técnicos y físicos, buscando con ello medir la incidencia del plan de entrenamiento en el rendimiento de los deportistas. En conclusión (Fonseca, 2012), agrega “ (...) el programa de entrenamiento incide de manera directa en el rendimiento general del equipo no solamente en lo referente a la ejecución de movimientos acrobáticos individuales sino también grupales” (p.120).

Esta investigación con respecto a nuestro trabajo nos brinda elementos conceptuales importantes del cheerleader, deporte que se relaciona con el porrismo desde el nivel físico y acrobático, haciendo hincapié fundamentalmente en el plano técnico y como el mejoramiento de este aspecto fortalece el nivel acrobático de los deportistas. Ahondar de igual manera en el plano conceptual del porrismo, nos permite como investigadores en formación reconocer desde el plano epistemológico los avances teóricos, buscando con ello desde el plano contextual abordar de manera profesional las prácticas deportivas, dotando así al porrismo de un esquema conceptual

que denota reconocimiento singular desde cada una de las sesiones que se implementen para su práctica.

Por su parte el estudio “Educar las relaciones interpersonales a través de la educación física en primaria” realizado en la Universidad de Lleida España, tuvo como objetivo conocer los efectos producidos por cuatro programas educativos correspondientes a diferentes dominios de acción motriz (psicomotor, cooperación, cooperación-oposición y oposición) sobre dos dimensiones de las relaciones interpersonales del alumnado: el volumen interactivo y la dinámica grupal.

Se trató de una investigación educativa enmarcada en un diseño cuasi experimental, cuyo desarrollo estuvo realizado a modo de investigación-acción a partir de tres casos únicos.

El instrumento utilizado, a tal efecto, fue el cuestionario socio métrico, implementado anterior y posteriormente a cada unidad didáctica con cada uno de los grupos de estudio. Los datos obtenidos del cuestionario se triangularon con los datos extraídos del análisis praxiológico de las unidades didácticas desarrolladas.

El estudio de (Andueza, 2015), concluye que “cada uno de los dominios de acción motriz genera efectos positivos y negativos sobre las variables que afectan a las relaciones interpersonales, siendo necesarios para desarrollar el Plan de Convivencia. Los efectos generados en los alumnos varían en función del género y de la procedencia cultural”

Este trabajo brinda elementos metodológicos importantes en nuestra investigación en tanto confirma que la educación física puede contribuir a la educación de las relaciones interpersonales, posibilitando desde la educación de las habilidades emocionales romper los sesgos discriminatorios respecto a procesos culturales, reduciendo la conflictividad y ampliando vínculos

que permiten la convivencia pacífica , elemento indispensable a la hora de prácticas o establecer vínculos en pos del desarrollo físico desde el deporte.

Finalmente conviene citar el trabajo titulado “Relaciones interpersonales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes del tercer año del turno de la mañana de la Unidad Educativa Hipólito Cisneros”, esta investigación desarrollada en Venezuela tuvo como propósito explicar la influencia de las relaciones interpersonales en el rendimiento físico de los estudiantes del 3er año del turno de la mañana de la Unidad Educativa “Hipólito Cisneros”.

El estudio se fundamentó en las teorías de las relaciones interpersonales y teoría de la comunicación. Se tomó la fundamentación teórica de la educación media general venezolana con su sustento legal, establecidos en la C.R.B. V (1999) y la L.O. E (2009). La metodología estuvo enmarcada en un estudio de campo, de tipo correlacional transeccional.

El trabajo concluyó que las relaciones interpersonales intervienen positivamente en el rendimiento físico de los estudiantes, se recomienda promover y afianzar las relaciones interpersonales en los estudiantes y así contribuir con su rendimiento físico y motor.

Este estudio hace aportes importantes a nuestra apuesta investigativa desde el plano metodológico como maestros en formación ya que fija su atención en los lazos empáticos que intervienen en los procesos comunicacionales desde la enseñanza y el aprendizaje, en los cuales, de manera global, se demuestra que el comunicarse con los compañeros de entrenamiento influye positivamente en la organización como grupo para la realización de actividades académicas en función del tiempo disponible.

Asimismo, el tener suficiente confianza con los compañeros, como sentimiento de empatía, incide positivamente sobre el hecho de pertenecer a un grupo de estudio.

1.2. Antecedentes Nacionales

Después de hacer una revisión temática en el contexto internacional, se dio paso a una revisión exhaustiva desde que diera cuenta de los avances en términos problematizadores del tema que convoca la presente investigación, a continuación, se esbozan varios trabajos desde la consolidación de sus núcleos problémico, conceptuales y metodológicos ubicados en el contexto investigativo nacional, en este caso Colombia; la siguiente tabla sintetiza los estudios consultados.

Tabla 2

Síntesis Nominal Antecedentes Nacionales

Título	Año	Autores
Valores sociales y deportivos asociados a la práctica del Cheer and dance en la escuela de formación deportiva Cheer elite Colombia	2014	Mauricio Castañeda, Alejandra Samaca Y Duval Cortés
Principales factores de deserción en mujeres porristas a nivel colegial en las categorías infantil, junior y juvenil de Santiago de Cali	2012- 2014	Sergio Castañeda Tabares Y Brian Walteros
Factores sociales y factores psicológicos que influyen en la práctica físico-deportiva del porrismo en niñas de 9 a 15 años del colegio Santa María Stella Maris de la ciudad de Santiago de Cali	2014	Mauricio Ayala Y Laura Rincón
Relación entre factores motivacionales y niveles de ansiedad en porristas en pre competencia	2011	Nubia Ibeth López Becerra

En un primer momento se consultó el trabajo titulado “Valores sociales y deportivos asociados a la práctica del Cheer and dance en la escuela de formación deportiva Cheer elite Colombia” Este trabajo investigativo tuvo como objetivo principal, demostrar la importancia social de las prácticas deportivas y recreativas, de igual manera este trabajo investigativo se fundamentó en la importancia del entrenamiento de Cheer and dance como una disciplina de movimientos acrobáticos realizados con coordinación para el fortalecimiento de relaciones interpersonales en los procesos de entrenamientos. A modo de conclusión los autores afirman que

(...) a diferencia de la disciplina ejercida desde afuera y que tendría relación con el acatamiento de reglas, en la autodisciplina se notó que los participantes del grupo de porrismo buscaban el cumplimiento de sus propios objetivos a partir de la construcción de una propia agenda de ejercicios y actividades. Aunque el ejercicio de observación no realizó ningún análisis de tipo cuantitativo de la información, fue claro que al interior del grupo este es uno de los valores deportivos que más se pone en práctica. (Castañeda y Cortes, 2014 P:132).

Este estudio brinda elementos conceptuales y metodológicos a nuestro campo problémico en tanto demuestra que en la medida que un grupo logra cumplir compromisos técnicos propios de este deporte (figuras y coreografías) supera sus propios límites, lo que lleva a presentar otro valor de tipo deportivo: la superación de límites a partir de la propia autorregulación.

En segundo lugar, destaca el estudio titulado “Principales factores de deserción en mujeres porristas a nivel colegial en las categorías infantil, junior y juvenil de Santiago de Cali” esta investigación estuvo orientada a la elaboración de un plan de prevención para minimizar la deserción deportiva de porristas entre las categorías: infantil – junior – juvenil a nivel colegial de la ciudad de Cali mediante una investigación de tipo observacional descriptivo de corte transversal.

Ayudados por la técnica de recolección de la información (encuestas) y métodos de investigación (deductivo, investigación, estadísticos) aplicados al estudio. Según (Castañeda & Walteros , 2014), se logró determinar que

(...) las características que rodearon la deserción, los principales motivos que la desencadenan realizado en el campo estudiantil, también se recopiló información bibliográfica referente a la deserción deportiva para la recolección de datos se tuvo en cuenta que la población encuestada fueran solamente ex porristas de nivel colegial, entre los meses de marzo y abril del 2015, con el fin de procesar los datos recolectados y mediante los resultados obtenidos, solucionar las deficiencias manifestadas que reinciden en la deserción deportiva a nivel colegial. (Castañeda, 2012. P:12)

Este estudio ahonda en un factor determinante para nuestro trabajo, el campo motivacional; y demuestra que, si no hay una vinculación emocional en el plano deportivos entre entrenadores y deportistas, esto redundara en desmotivación y desmejoramiento deportivo, factor también determinante para el entrenamiento deportivo.

Con lo cual se hace necesaria una intervención multidimensional a la hora de aplicar planes de entrenamiento, en primer lugar, desde el fortalecimiento emocional y motivacional y en segundo lugar en el fortalecimiento físico, comprendiendo así que los deportistas deben estar fortalecidos de manera integral lo cual redundará en todas las dimensiones de sus prácticas deportivas.

En complemento, es conveniente destacar el trabajo titulado “Factores sociales y factores psicológicos que influyen en la práctica físico-deportiva del porrismo en niñas de 9 a 15 años del colegio Santa María Stella Maris de la ciudad de Santiago de Cali”, en esta investigación se analiza

que los factores sociales; y enfatiza en que el género no resulta determinante al momento de realizar actividad física, de igual manera también específica para las deportistas en formación la compañía de amigos es muy importante al momento de realizar actividad física, analizando que el factor económico no es indispensable para la práctica físico deportiva, de igual manera el nivel económico o la forma de vestir de sus compañeros no incide en la práctica deportiva de las encuestadas, al respecto el equipo de investigación concluyen que:

(...) el factor que más influye en que las niñas del colegio santa María Stella maris de la ciudad de Cali, practiquen actividad física es el factor social, pues ellas son realmente influenciadas por el contexto social cercano el cual las ha llevado a inclinarse por la práctica de la misma. Los aportes de este trabajo a nuestra investigación son sustanciales en tanto confirman nuestra hipótesis en los deportes de conjuntos las relaciones sociales constituyen un elemento *sine quanon* para garantizar mayor rendimiento de los deportistas en formación. (Ayala y Rincón, 2014. P: 189).

Este trabajo brinda elementos conceptuales importantes para la presente investigación, introduciendo un elemento fundamental en la práctica del porrismo, el género, permitiendo con ello especificar rutinas que van en pos del desarrollo físico y emocional de mujeres que están entre los 9 y los 15 años de edad, permitiendo de igual manera comprender que las relaciones emocionales y afectivas se convierten en el motor fundamental que impulsa a las estudiantes al alcance de logros, el deporte más que una actividad competitiva es un espacio que desde la interacción y el sano esparcimiento redundan en la formación integral del sujeto.

Finalmente, apuntamos el trabajo titulado “Relación entre factores motivacionales y niveles de ansiedad en porristas en pre competencia” Este estudio fue de características metodológicas no experimental de tipo correlacional, analizó la relación existente entre los factores

motivacionales y los niveles de ansiedad tanto en porristas elite de la Selección Colombia como en porristas en formación de la escuela deportiva de Monguí, la población estuvo conformada por 20 porristas de nivel elite con un rango de edad entre los 14 y 25 años y 20 porristas en formación con edades comprendidas entre los 10 y 14 años, en el trabajo de (López, 2011),

los instrumentos de medición utilizados fueron la Escala de Motivación en Deporte (Sport Motivation Scale SMS) de Pelletier, Fortier, Vallerand, Briere, Tuson & Blais (1995) validada para población colombiana por Losada & Rodríguez (2007) y el cuestionario STAI (StateTrait Anxiety Inventory), de Spilberger, Gorsuch & Lushne (1986) validado por American Psychological Association (APA), adaptado al español por (Bermúdez, 1977).

En el trabajo de (López, 2011), el análisis de resultados, se realizó a través del coeficiente de correlación de Pearson y el paquete estadístico SPSS 17.0. El trabajo concluyó que existe una alta correlación positiva entre los niveles de ansiedad y motivación extrínseca para el grupo elite, mientras que para el grupo en formación no se encontraron resultados significativos entre las variables objeto de estudio.

Este estudio aporta elementos interesantes en el campo motivacional de las deportistas que practican el porrismo, especialmente en competencias de alto nivel, el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales adecuadas influyen positivamente en los desempeños de las deportistas con lo cual nuestra hipótesis sigue cobrando relevancia para aplicarla en el contexto de nuestro estudio.

1.3. Antecedentes Locales

Desde el plano local los avances académicos e investigativos a la luz de la problemática que convoca la presente investigación se observan algunos avances que, si bien no son los ideales,

dan cuenta de un panorama que puede ser fértil para la construcción de conocimiento en esta rama del saber.

A continuación, se esbozarán desde un estado del arte los estudios que vinculan planes de entrenamiento, relaciones interpersonales y porrismo desde los centros académicos departamentales, que para esta investigación corresponden al departamento de Antioquia; en la siguiente tabla se citan los tres trabajos más destacado en este contexto.

Tabla 3

Síntesis Nominal Antecedentes Locales

Título	Año	Autores
El porrismo como herramienta pedagógica en el grado octavo	2014	Didier Alonso Agudelo
El equilibrio en la acrobacia Partner Stunts (pareja acrobática)	2016	Jhonatan flores salas
Propuesta didáctica para el desarrollo de las relaciones interpersonales por medio del Acrosport con los estudiantes del curso 803 del Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana	2016	Victor Hugo Murillo Vera

Desde el contexto institucional emerge el trabajo desarrollado desde la Universidad De Antioquia titulado “El porrismo como herramienta pedagógica en el grado octavo” Este trabajo busco fomentar la cultura física y deportiva como herramienta pedagógica en los procesos formativos de la I.E. Escuela Normal Superior de Envigado que permitieran el alcance de competencias ciudadanas, el respeto y la disciplina, protección del medio ambiente e incentiven

en la comunidad su expresión a través del arte por medio de la práctica del porrismo como actividad deportiva.

De igual manera se buscó intervenir en varios factores para intervención de la comunidad estudiantil La Prevención del consumo de sustancias psicoactivas, aprovechamiento del tiempo libre, autocuidado, prevención de enfermedades crónicas no transmisibles como la Hipertensión HTA, obesidad y diabetes, prevención de la violencia de género e intrafamiliar y prevención del Bullying.

Este trabajo es importante para nuestro proceso investigativo ya que se convierte en uno de los pocos estudios locales enfocados en la práctica del porrismo y su impacto en la prevención de comportamientos violentos en contextos escolares, tornándose así en un referente contextual interesante desde la concreción de acciones cualitativas para hacer un análisis a su impacto en contexto escolar.

En complemento se puede reseñar el trabajo titulado “El equilibrio en la acrobacia Partner Stunts (pareja acrobática)” Este trabajo de grado hizo parte de la Línea de profundización Enseñanza de las ciencias desde una perspectiva cultural, en la que se buscó estudiar diversas opciones para pensar la física y su enseñanza.

En el trabajo se expone la práctica deportiva en la acrobacia partner stunts (pareja acrobática). Ya que en la mayoría de las investigaciones tiene intervenciones en el aula en la educación básica, media y universitaria, pero en este trabajo se optó por elegir otro escenario. Se abordó la acrobacia desde el punto de vista del equilibrio, particularmente el mecánico que es el que permite comprender lo que se realice en esta práctica deportiva.

Se escogió el equilibrio porque es una palabra que está presente en varios eventos del mundo físico y natural y porque está presente en diferentes actividades de las personas, en este caso en los deportistas de la acrobacia partner stunt. Este estudio aporta elementos importantes desde el plano metodológico para nuestra investigación ya que indaga sobre prácticas deportivas en escenarios no escolares, elemento fundamental ya que nuestra investigación ahonda en clubs juveniles y espacios deportivos no escolares.

Finalmente se reseña el trabajo realizado en la UPB que lleva como título “Propuesta didáctica para el desarrollo de las relaciones interpersonales por medio del Acrosport con los estudiantes del curso 803 del Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana” Esta apuesta académica tuvo como objetivo determinar los desarrollos obtenidos en la propuesta didáctica basada en el mejoramiento de las relaciones interpersonales por medio del acrosport en los estudiantes del Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana del grado 803.

Se desarrolló la investigación bajo un enfoque mixto (cualitativo y cuantitativo), puesto que para la identificación del problema y el avance del mismo se requirió observar al grupo de estudiantes con los cuales se realizó la investigación y por medio de la observación y diarios de campo.

Realizada la consolidación metodológica, el autor concluye:

importante que resulta el hecho de contar con un maestro que, alejado de las dinámicas tradicionales instruccionales, se convierta en orientador del proceso, animador permanente, el cual incentive a los estudiantes a realizar actividad física y genere hábitos tanto físicos como sociales que permitan el constante crecimiento biológico, psicológico y social de la persona. (Murillo, 2016. P, 197)

Este estudio brinda elementos para nuestro trabajo desde la apuesta evaluativa, en tanto la evaluación en Educación física se perfila más allá de la sanción, posicionándola desde una valoración formativa, lo que redundando desde los esquemas formativos constructivista, permitir que el error se convierta en un insumo de aprendizaje y no de sanción, reconocer las fortalezas y los desaciertos permite que los deportistas en formación superen sus límites desde la autoevaluación y la coevaluación, la mirada del otro se convierte en una ayuda estimulante desde el trabajo colaborativo.

2. Planteamiento del Problema

Las políticas públicas se han tornado en el eje fundamental de acción política y gubernamental de los Estados contemporáneos, teniendo en cuenta que Colombia es un país que basa su accionar administrativo en la descentralización administrativa, esta garantiza la autonomía de entes territoriales como departamento y municipios en materia de políticas públicas, con las cuales se busca garantizar la satisfacción y restablecimiento de los derechos de los ciudadanos. Una de las áreas en las cuales más se ha invertido en el municipio de Medellín a través de su política pública es en la transformación urbana, buscando con ello la democratización de la ciudad garantizando así el derecho a la ciudad de los medellinenses.

Los escenarios deportivos son los espacios públicos de ciudad que se han visto positivamente afectados e intervenidos por estas políticas públicas, con lo cual además se han creados redes institucionales que han visualizado las transformaciones desde el diseño de planes masivos de educación y recreación en el deporte como eje fundamental de convivencia y esparcimiento, es decir, se ha transformado el hábitat para los habitantes, no solo desde la infraestructura sino desde las instituciones.

La institución más importante en materia deportiva masificada en Medellín es el INDER (Instituto de Recreación y Deporte), este es un ente descentralizado, encargado de fomentar el deporte, la actividad física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, mediante la oferta de programas, en espacios que contribuyan al mejoramiento de la cultura ciudadana y la calidad de vida de los habitantes del municipio de Medellín.

El INDER Medellín está desarrollando un Modelo Deportivo de Ciudad (MDC) que transversaliza, redirecciona, potencia e impacta metodológica y estructuralmente los

diferentes escenarios, espacios y actividades asociadas al deporte en la ciudad. De esta manera, busca incrementar la calidad de los programas, contenidos y servicios que se ofrece a la comunidad. El MDC establece lineamientos que fortalecerán los procesos internos de la oferta regular, y permitirán actualizar y potenciar el accionar en campo, las guías metodológicas y los mecanismos de trabajo y enseñanza. Gracias a esto, se impartirán contenidos técnicos propios de todas las disciplinas afines a la motricidad que se ofrecen a la comunidad y se incidirá en la promoción de estilos de vida saludable. El MDC pretende, a su vez, ofrecer la posibilidad al ciudadano de trascender en el ámbito motriz, y de igual forma incidir en sus diferentes esferas y manifestaciones, siendo las actividades deportivas herramientas fundamentales para mejorar la calidad de vida y la construcción de tejido social de los medellinenses. (Echeverry, 2017. P, 123)

El entrenamiento en cada una de las disciplinas deportivas se asume como la estrategia pedagógica desde la cual se busca transformar las realidades personales de los deportistas, a través de planes de entrenamiento en los cuales los integrantes de los clubes deportivos interactúan con sus entrenadores y sus pares de formación, formando no solo en las inteligencias kinestésicas sino en sus inteligencias emocionales, entendiendo según Goleman que las diferentes problemáticas del desarrollo afectivo y social del hombre, están relacionadas con la inteligencia emocional, la cual “permite reconocer los sentimientos propios y los sentimientos de las demás personas, también permite saber manejar las relaciones que sostenemos con las personas y con sí mismo” citado en (Murillo, 2016).

Siguiendo esta línea de análisis, es indudable que las relaciones interpersonales pueden contribuir positiva o negativamente con la permanencia de los deportistas en formación de los

clubes deportivos, disponiéndolos a que asistan con entusiasmo y frecuencia a los entrenamientos, además de animarlos a participar de manera activa en su proceso de aprendizaje junto a sus pares.

El presente trabajo se fundamentará en los clubes deportivos de porrismo del INDER, el cual impacta principalmente la población adolescente y juvenil; se asume que en esta etapa de desarrollo cronológico en los deportistas en formación empiezan a influir cambios emocionales, comportamentales, físicos y mentales debido a que los adolescentes enfrentan cambios físicos, psicológicos, sexuales y sociales.

Los clubes deportivos permiten al individuo reconocer desde el autocontrol, las estrategias bajo las cuales se relaciona consigo mismo y con los demás, fortaleciendo así las relaciones interpersonales como fuente fundamental de desarrollo físico y técnico en la preparación deportiva.

Teniendo en cuenta los procesos cronológicos y físicos que experimentan los deportistas en la formación del Club de Desarrollo Deportivo de Porrismo, se ha analizado que se han presentado dificultades relacionales entre los y las estudiantes, incluyendo a los mismos entrenadores, con lo cual los índices de deserción crecieron y con ello el nivel deportivo en la participación de certámenes deportivos locales como intercolegiados, certámenes municipales e internacionales. Se hace necesario de esta manera indagar por las razones que llevaron a este fenómeno, buscando con ello estrategias que permitan incidir en el grupo desde el campo conceptual metodológico

3. Pregunta de Investigación

Considerando el escenario descrito con antelación, tanto desde la perspectiva investigativa como desde la contingente, surge la siguiente pregunta de investigación:

¿De qué manera se pueden mejorar las relaciones interpersonales de los porristas del club de desarrollo deportivo del INDER Medellín?

4. Justificación

Durante los últimos años la práctica del porrismo se ha incrementado tangencialmente en nuestro país, muestra de ello es la constitución de ligas del porrismo, las cuales agrupan clubes deportivos; para el caso de Antioquia se cuenta con la Liga Antioqueña de Porrismo, la cual agrupa a los siguientes clubes deportivos: Club Deportivo Raptors, club Deportivo Thunders, club Deportivo I.E francisco Luis Hernández, club de desarrollo deportivo del Inder Medellín, club Deportivo Cheer Force, club Deportivo Wilds, club Deportivo San José de las Vegas, club Deportivo Zafiros Cheer, club Deportivo Acrodance, club Deportivo Medellín All Stars.

Este crecimiento en la población que lo práctica ha llevado a que sean epicentro de reflexión permanente respecto a los procesos físicos y técnicos que dinamizan las prácticas deportivas de los y las deportistas en formación, en este sentido también ha crecido un interés por ahondar en los procesos emocionales y relacionales que configuran las relaciones interpersonales al interior de los equipos deportivos.

Este interés es debido a que en el espacio de las clases de educación física se presenta el uso de las capacidades comunicativas entre los estudiantes y entre estudiante - profesor las cuales ayudan a su proceso formativo académico como personal, y por tanto es un espacio en el cual se puede trabajar las relaciones interpersonales de los estudiantes buscando mejorarlas con el fin de que este tenga un mejor auto concepto lo cual le permitirá desenvolverse de manera eficaz con sus compañeros.

Estos mismos lineamientos pedagógicos son los que orientan la educación deportiva en otros contextos no escolares, caso concreto los clubes deportivos del INDER de Medellín, desde los cuales se busca una intervención pedagógica en deporte, paz y convivencia, teniendo en cuenta

los procesos pedagógicos desarrollado en instituciones educativas de la ciudad, para fortalecer aspectos como: proyecto de vida, habilidades sociales, respeto a la diferencia e identidad, control emocional, asumir triunfos y derrotas, cooperación, comunicación asertiva, reglas, normas y respeto.

Atendiendo esta logica, el trabajo constituye un esfuerzo temático, conceptual y metodológico en el analisis de la relación entre relaciones interpersonales y práctica deportiva del porrismo, buscando con ello ahondar en la educación emocional como referente conceptual necesario para la planeación deportiva, buscando con ello que las ligas y clubes, diseñen, implementen estrategias encaminadas al fortalecimiento de las emociones y las capacidades relacionales con insumo sustancial que debe ir de la mano de las actividades físicas y técnicas en la práctica del porrismo.

5. Objetivos

5.1. Objetivo General

Desarrollar una propuesta de formación orientada al mejoramiento de las relaciones interpersonales de los porristas del Club de Desarrollo Deportivo del Inder Medellín.

5.2. Objetivos Específicos

Diagnosticar la relación entre relaciones interpersonales y rendimiento deportivo entre los deportistas en formación.

Diseñar un plan de entrenamiento, a modo de propuesta formativa, para el mejoramiento de relaciones interpersonales a partir de ejercicios de acrobacia.

Evaluar el impacto, en términos cualitativos y de relacionamiento social, del desarrollo de la propuesta formativa, en los porristas del Club de Desarrollo Deportivo del Inder Medellín.

6. Marco Teórico

Con el objetivo de establecer un contexto y lugar teórico de enunciación se ha procedido a consolidar un marco de referencia, basado en tres categorías fundantes; en primera instancia el campo de las relaciones sociales e interpersonales, auscultando los elementos centrales que definen el desarrollo sociomotriz y relacional de los deportistas; posteriormente la consolidación del concepto de porrismo y su caracterización, revisando los elementos centrales de esta práctica deportiva; en últimas se propone una relación de significado que dé cuenta de la importancia del componente social para el desarrollo de este deporte.

6.1.Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales entre cada uno de los actores de la comunidad educativa, están mediatizadas por un sin número de elementos valorativos desde el contexto natural y cultural, lo que dota según (Perea, 2018), al acto pedagógico de una carga valorativa que estructura

los procesos de enseñanza aprendizaje en procesos interrelacionales y afectivos, por ello es indispensable que, para que haya éxito en el proceso de aprender, la relación entre el maestro y sus alumnos debe estar basada en la atención, el respeto, la cordialidad, la responsabilidad, el reconocimiento, la intención, la disposición, el compromiso y el agrado de recibir la educación y de dar la enseñanza; en otras palabras, se hace una nueva sociedad en su conjunto, ya que se establecen acuerdos y ambas partes adquieren un compromiso fundamental: el maestro enseña, el alumno aprende. (p. 25).

6.1.1. *Relación Interpersonales y Pedagogía*

Como bien lo afirma el pedagogo brasileiro Paulo Freire, toda práctica educativa, como práctica humana, es un acto eminentemente ético (2004). Por tanto, deja en evidencia que la

práctica educativa debe establecerse desde una relación especial entre el maestro y los estudiantes, establecido dentro de un proceso comunicativo de respeto mutuo en el aula de clases, buscado de esta manera escapar a la educación bancaria, al respecto señala:

(...) el educando que está sometida a ella no está predestinado a perecer; pese a la enseñanza bancaria, que deforma la creatividad necesaria del educando y del educador, el educando sujeto a ella puede, no por causa del contenido cuyo conocimiento le fue transferido, sino por causa del propio proceso de aprender, hacer, como se dice en lenguaje popular, de tripas corazón y superar el autoritarismo y el error epistemológico del bancarismo. (Freire, 2004p.13)

El proceso de enseñar como especificidad humana tiene unas exigencias que constituyen un pilar importante de este proceso “el enseñar exige seguridad, competencia profesional y generosidad; exige compromiso, que la educación es una forma de intervención en el mundo, exige libertad y autoridad, una toma de conciencia de decisiones saber escuchar, tener disponibilidad para el dialogo, como también querer bien a los educandos” (Freire, 2004. p29).

Y es que no se puede concebir un proceso educativo carente de estas condiciones básicas que hacen posible una interacción social más acorde al acto educativo, a la par del reforzamiento de la capacidad crítica, la curiosidad y la insumisión del educando, en la práctica democrática del educador.

Flanders (1977), señala que

(...) el docente en su práctica, tiene mayor grado de participación que todos sus alumnos en su conjunto y que este fenómeno se presenta en todos los niveles educativos, es decir, desde el nivel preescolar hasta la universidad; además, señala, que más de las dos terceras

partes de las interrogantes que fórmula el maestro, son preguntas dirigidas a una respuesta; los maestros no toman en cuenta las ideas y las opiniones de sus alumnos; los alumnos al preguntar generalmente lo hacen nada más para aclarar algo o para que se les repita el cuestionamiento y no para exponer una argumentación propia. Citado en (García, García , & Reyes , 2014, p. 283).

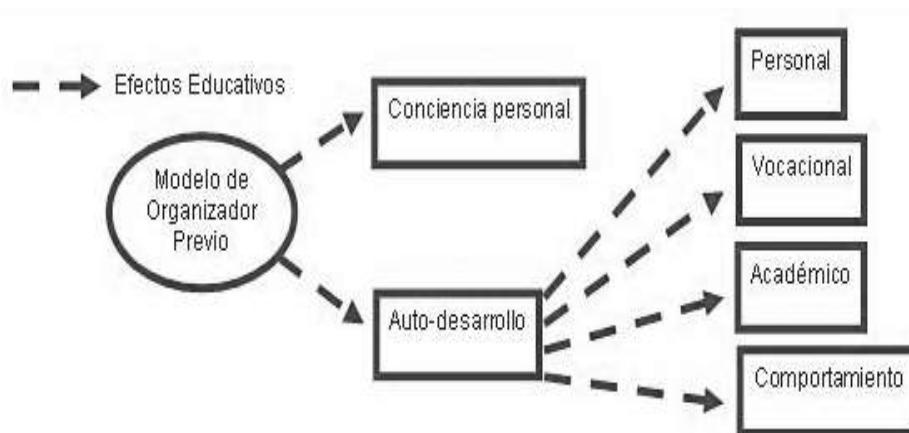
6.1.2. *Las Relaciones Interpersonales y la personalidad.*

Por su parte Carl Rogers, en las relaciones interpersonales, toma relevancia el desarrollo personal, ya que a través de él es como se forma el carácter y el modo de ser de cada sujeto. Aducía que la personalidad de cada individuo se desarrollaba según la manera en que consigue ir acercándose o alejándose a sus objetivos vitales, sus metas personales. Esta idea de que el desarrollo personal y el modo en el que el individuo lucha por llegar a ser como quiere ser es una idea central de la psicología humanista.

El siguiente esquema facilita la comprensión de sus postulados en relación al contexto educativo y su papel de mediación entre la conciencia personal y el auto desarrollo.

figura 1

Esquema modelador de la personalidad C. Rogers



Nota: El esquema prestando da cuenta del proceso (interno y exógeno) de la consolidación de la personalidad del individuo. Adaptado de Rogers: 2.001, P. 234.

Carl Rogers, propone la idea de que la personalidad de cada individuo puede analizarse según el modo en el que se acerca o se aleja a un modo de ser y vivir la vida al que él pone la etiqueta de persona altamente funcional, la que se caracterizan por estar en un proceso constante de auto-actualización, es decir, búsqueda de un ajuste casi perfecto con los objetivos y las metas vitales.

De este modo, la personalidad de las personas altamente funcionales es, para este pensador, un marco en el que fluye en tiempo real un modo de vivir la vida que se adapta a las circunstancias constantemente. Refiriéndose a las relaciones humanas señala (Rogers, 2011),

Los asombrosos avances del hombre hacia la conquista del espacio infinito, así como del mundo, también infinito, de las partículas subatómicas parecen facilitar el camino hacia la destrucción total de nuestro mundo, a menos que logremos avances análogos en la comprensión y el manejo de las tensiones entre, las personas y grupos. Al pensar en lo limitados que son nuestros conocimientos en este campo, no puedo sino sentir verdadera modestia. Aguardo con esperanza el día en que invertiremos al menos el valor de una o dos de las grandes naves espaciales en la búsqueda de una comprensión más adecuada de las relaciones humanas.

Pero también tengo dolorosamente presente el hecho de que los conocimientos que ya poseemos son poco reconocidos y utilizados. Espero que en este libro quede claro que ya poseemos conocimientos que, si fueran empleados de manera adecuada, ayudarían a aliviar las tensiones raciales, económicas e internacionales hoy existentes. Espero que resulte

evidente que estas enseñanzas, usadas con propósitos preventivos, contribuirían al desarrollo de personas maduras, comprensivas y sin recelos, capaces de enfrentar con éxito el surgimiento de eventuales tensiones futuras.

Si logro que un número significativo de personas comprenda que existen recursos aún no explotados, constituidos por los conocimientos referentes al campo de las relaciones interpersonales, me sentiré recompensado con creces. (p4)

Siguiendo esta línea argumental señala (Perea, 2018), Sin lugar a dudas hay muchas cosas por explorar y descubrir en este amplio mundo de las relaciones interpersonales, en que la presencia de los otros debe significar algo importante, más aún en los contextos de las aulas de clases, en donde transcurren grandes periodos de tiempo, muchas veces sin un contacto positivo que brinde oportunidades para crecer y ser con los otros. (p. 35).

Desde el constructivismo el autor que ha planteado una relación directa entre los procesos pedagógicos y la enseñanza aprendizaje ha sido Vigotsky, para este pedagogo ruso el factor relacional es un elemento importante en el aprendizaje, entendido este como construcción del conocimiento. Desde esta misma perspectiva señala (Silviera, 2014), respecto a las relaciones interpersonales como

el conjunto de interacciones entre dos o más personas que constituyen un medio eficaz para la comunicación, expresión de sentimientos y opiniones, las 9 relaciones interpersonales, son también el origen de oportunidades, diversión y entretenimiento de los seres humanos, se consideran una fuente de aprendizaje, el cual, en ocasiones puede molestar o incomodar a los individuos, estas interacciones son un excelente medio de enriquecimiento personal, trato humano,

pautas de comportamiento social y la satisfacción de la curiosidad, pues los demás son una fuente ilimitada de sorpresas, novedades, información, cambio de impresiones así como de opiniones.

6.1.3. Consolidación del Sujeto Social

La construcción conjunta de conocimiento parte de una interacción de perspectivas frente a una misma realidad o fenómenos, tomar en cuenta el punto de vista de otros enriquece la posibilidad de aprender, en tanto fortalece el dialogo y la interacción en busca de fines conjuntos, el fortalecimiento de la aceptación de la visión de los demás ayuda a estructura nuevas visiones desde el reconocimiento del error como medio de avanzar en la construcción de conocimientos.

Desde las diferentes posturas pedagógicas y epistemológicas es posible encontrar los siguientes cimientos desde los cuales se estructuran en los procesos educativos.

Tabla 4

Bases psicológicas de las relaciones interpersonales

Bases	Definición
La percepción	Afirma que es la impresión que los demás tienen acerca de uno mismo, se convierte en la base en la que giran las reacciones, pensamientos, entre otros, por tal motivo son importantes las percepciones en las relaciones interpersonales.
La primera impresión	A cerca de los demás es determinante en las relaciones interpersonales, pues de una buena o mala percepción primaria se determina el trato hacia los otros y la tendencia a mantenerlo. Al momento de conocer a una persona se activa de inmediato una cadena de experiencias, recuerdos, juicios, prejuicios, y conocimientos previos, por lo que la mente selecciona automáticamente ciertos aspectos y los asocia con la persona a la que se conoce en ese momento.

La simplificación	Se refiere a la tendencia de reducir todo aquello que se percibe en los demás, en lugar de que la mente se esfuerce en elaborar un análisis de lo que llega desde la vista, en la primera impresión, en este proceso el ser humano piensa inmediatamente de lo particular a lo general, al calificar a las personas del entorno sólo por los aspectos parciales y no en conjunto como individuo
El persistir	Aparte de la simplificación, el ser humano tiende a persistir en la imagen primaria que se tienen acerca de las personas, por lo que cuando se observan comportamientos diferentes, que tendrían que dar como resultado un cambio en la percepción primaria, sigue y persiste en confirmar la imagen primera, en lugar de abrir la mente a nuevas informaciones que pueden corregir la primera idea. Las personas son influenciadas en gran manera por las primeras impresiones y se produce lo que se conoce como estrechamiento perceptivo, una limitación del campo percibido a pocas características y se agrega el empobrecimiento mental con inexactitudes como la simplificación.

Nota: En la tabla se detallan, desde la perspectiva de (Bolaños:2015) las bases psicológicas de las relaciones interpersonales, se ha encontrado pertinente tomar estos planteamientos en la medida que permiten ilustrar, desde una perspectiva más amplia el desarrollo social.

En complemento y citando a (Conidi, 2014):

(...) son tres los factores que condicionan el interés de los alumnos por aprender: el tipo de metas que se propone, el proceso de atribución causal de los resultados obtenidos y las expectativas por conseguirlas. Las metas que se plantea un estudiante determinan su interés y el esfuerzo invertido, los cuales, a su vez, se pueden orientar a diversos fines: la consecución de la tarea (motivación de competencia, motivación de control o motivación intrínseca); la mejora de su autovaloración (motivación de logro o evitación del fracaso);

la valoración social (logro de la aprobación de los adultos y/o de sus iguales); o el logro de recompensas externas. (p.361).

Por su parte Mi Menec (1997) y Hsieh (2006), citados en (Perea, 2018), sostienen que existe un vínculo entre las atribuciones, las expectativas y el rendimiento académico, de manera que

(...) parece lógico pensar que una atribución del éxito a causas internas y estables (como el esfuerzo y la capacidad) mantenga las expectativas de éxito en el futuro y, consecuentemente, se esperen resultados académicos más elevados. En situaciones de fracaso las atribuciones adaptativas son las inestables y controlables, pues atribuir el fracaso a causas internas, estables y no controlables, puede tener efectos muy negativos sobre las futuras expectativas de éxito y sobre el rendimiento final. (pág. 479)

A estos aspectos también se les agrega la capacidad de autocrítica entre los mismos estudiantes, reconociendo la participación autónoma de ellos mismos en la construcción de su propio conocimiento.

Las relaciones sociales permiten que los alumnos vayan adquiriendo la capacidad para criticar de manera constructiva su propio desempeño, y el desempeño del maestro, el desarrollo de la autonomía, como un ejercicio de participación democrática, permite la apertura de espacios reales de participación, donde la posición del maestro no es un impedimento para la toma de decisiones de los educandos.

6.2. El porrismo

6.2.1. Consolidación del deporte

Es considerado un deporte de animación, su aparición se remonta desde la década de los 50 como actividad lúdica universitaria en los Estados Unidos. Según (Avila, 2015)

En 1883, comenzó la tendencia de aplaudir y cantar al unísono en los juegos deportivos en Gran Bretaña, pero la primera animación oficial se realizó en 1884 en la Universidad de Princeton en Princeton, Nueva Jersey. Uno de los participantes en ese evento, Marcos Peebles, llevó porristas con él a la Universidad de Minnesota y creó un conjunto específico de aplausos para cada juego diferente.

Peebles se encargó de dirigir la audiencia durante los partidos de fútbol, pero otro estudiante de la Universidad de Minnesota, llamado Johnny Campbell, tomó la iniciativa de animar a la audiencia agregando coordinación como un equipo. A partir de ese día, 02 de noviembre 1898, Campbell es conocido como el primer animador oficial en el 11 mundo. Cuando la mayoría de la gente oye la palabra porrista, piensan en jóvenes mujeres con uniformes llamativos, pero, este deporte fue iniciado por hombres y conformado por equipos de solo hombres.

Según (Castañeda & Cortes, 2014), el porrismo a través del tiempo

El deporte se consolidó como una práctica recreo deportiva separándose del aspecto meramente recreativo a partir del cual nació y adquirió un gran componente dirigido al espectáculo. Precisamente a partir de su evolución técnica, deportiva y de su impacto en otros escenarios como el social, económico y mediático por su alto nivel de atractivo visual (debido al tipo de coreografías y a la vinculación de aspectos como música, formaciones

coordinadas, vestidos llamativos, etc.,) se establece como una práctica de carácter deportivo que hoy es considerada deporte en algunos escenarios. (p.14).

Aunque es un deporte que nació en los Estados Unidos, su calado en los grupos sociales especialmente juveniles, permitió que se popularizara, hasta convertirse en una práctica deportiva mundial. Para (Moreno, 2016)

El cheerleading, porrismo o cheer and dance, se considera un deporte que usa rutinas combinadas de gimnasia, baile, salto, gritos y acrobacia, que puede durar de uno a tres minutos. En los últimos años, este deporte se practica también en competencia con otros equipos cheerleader. La NCA (National Cheerleading Association, USA), es el ente regulador de este deporte, a nivel mundial.

El crecimiento del cheerleading como deporte a una escala global, fue impulsado por el inicio de la cobertura en vivo de las competencias de cheerleading en ESPN International en 1997, y el lanzamiento del film “Bring it On” en el año 2000. Debido a que es un deporte que se ha vuelto popular hace poco tiempo, se cataloga que fuera de los EEUU existen alrededor de 100.000 participantes en muchos países, entre los que están: Australia, Canadá, China, Colombia, Ecuador, Finlandia, Francia, Alemania, Japón, Holanda, Nueva Zelanda, Las Islas Filipinas, Suecia y el Reino Unido, donde no está establecido todavía como deporte. Citado en (Castañeda, Samaca , & Cortes, 2014).

Se calcula que que fuera de los Estados Unidos existen alrededor de 100.000 participantes en muchos países, entre los que están: Australia, Canadá, China, Colombia, Ecuador, Finlandia, Francia, Alemania, Japón, Holanda, Nueva Zelanda, Las Islas Filipinas, Suecia y el Reino Unido, donde no está establecido todavía como deporte. (Moreno, 2016).

6.2.2. Valores Asociados al Porrismo

Al porrismo, como práctica deportiva, se le vincula el desarrollo de un grupo de valores que, no siendo ajenos del todo al grueso de los deportes, son fundamentales para la consolidación de los objetivos conjuntos e ideales particulares del porrismo; en la siguiente tabla se detallan los elementos axiológicos de alta incidencia en la práctica deportiva.

Tabla 5

Principios Axiológicos del Porrismo

Valores	Consolidación de Ideales en la Práctica Deportiva del Porrismo
Amistad	Las relaciones diarias con tus compañeros generan un proceso de acompañamiento que favorecen los procesos de aprendizajes.
Compromiso	Toda práctica deportiva en conjunto requiere una apuesta personal, ya que no solo implica el proceso de uno mismo sino el de los demás.
Honestidad	Frente a los comportamientos que realice el deportista aceptar lo que hace. Humildad: A algunos deportistas se les facilita más los procesos es necesario reforzar el hecho de que todos somos iguales así yo pueda generar más capacidades deportivas.
Obediencia	Las normas son para todos y con mucho respeto los deportistas deberán cumplirlas.
Respeto	Frente a la opinión de mis compañeros, y contrincantes. (p.24)

6.3. Técnicas del porrismo y Trabajo en Equipo

Para precisiones conceptuales, la International All-Star Federation (IASF, 2006), órgano internacional de regulación del cheerleader o porrismo, ha definido las técnicas deportivas del porrismo de la siguiente manera.

6.3.1. Esquema

Es la unión de baile, saltos, gimnasia estática, cuadro de gimnasia, partner, lanzamientos, acrobacia y en algunas competencias barra (este depende de las reglas de la competencia, si decide o no agregarlo), con una duración de 2.30. (Castañeda, Samaca , & Cortes, 2014)

Ilustración 1

Representación Gráfica Gesto Técnico N° 1



6.3.2. Partner

Se compone de un solo grupo o pareja acrobática, donde en 1`0 minuto, debe realizar el mayor número de elementos acrobáticos, que sean de acuerdo a su nivel. No existe ni el baile, ni la animación, ni la gimnasia de carrera o estática en esta categoría. (CHEER , 2019). Esta técnica está integrada según (Castañeda, Samaca , & Cortes, 2014) por:

Ilustración 2 *Representación Gesto Técnico N°2*



- *Flyer*: Esta es la niña que se encarga de subir, por lo general es la más delgada y pequeña.
- *Bases*: Son las niñas que se sitúan al lado de la flyer, son las que la levantan, por lo general deben ser de la misma altura, poseer fuerza y técnica.
- *Spotter*: Hay dos trasera o delantera (esta puede ser opcional), la de atrás es la niña que se encarga de dar impulso a la flyer, ayudarle a la estabilidad en el tobillo y apoyo en muñecas a las bases, ella debe ser la más alta del cuarteto. La de adelante, es opcional genera apoyo a las bases en muñecas.

Ilustración 3

Representación Gráfica Gesto Técnico N° 3



6.3.3. Best men o cheer:

Es la presentación individual del cheerleader, donde demuestra todas sus habilidades, para la gimnasia estática y de carrera, como también el baile y la animación, esta rutina tiene una duración de 1'30, y se presenta en tapete. (CHEER , 2019).

6.3.4. Escuadras

Según (Castañeda, Samaca , & Cortes, 2014), es una rutina de un equipo en total de mínimo 8 máximo 24 o 36 participantes, dependiendo el nivel de competencia, donde en 2'30, se realizan

elementos acrobáticos, en grupo o pareja, gimnasia de carrera o estática ejecutada por la gran mayoría de los competidores, baile por el 100% de estos y animación en el caso de las divisiones escolares.

Ilustración 4

Representación Gráfica Gesto Técnico N° 4



6.3.5. Acrobacia y lanzamientos

Según (Castañeda, Samaca & Cortes, 2014), es la unión de todos los grupos acrobáticos, donde se realizan movimientos como giros, desmontes, conexiones y demás, con las flyers. (CHEER , 2019). Es cuando los grupos acrobáticos lanzan de manera técnica y con la mayor seguridad a la flyer y ella ejecuta algún movimiento, patada giro, patada patada giro, ruso depende de la dificultad deseada.

Ilustración 5 *Representación Gráfica Gesto Técnico N° 5*



7. Diseño Metodológico

La consolidación de los objetivos de investigación ha requerido de un proceso de selección de principios y lineamientos orientadores de orden metodológico que permitan la construcción de una visión amplia del objeto y la consolidación de un aporte significativo al devenir de la creación de conocimiento.

7.1. Tipo de Investigación

Esta investigación tiene un enfoque cualitativo, buscando analizar la incidencia de un plan de entrenamiento el tipo de plan de entrenamiento en el mejoramiento de las relaciones interpersonales de los deportistas del “Club de Desarrollo deportivo del Inder Medellín. Según (Rodríguez, Gil , & García , 1996) este enfoque de investigación

Estudia la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas. La investigación cualitativa implica la utilización y recogida de una gran variedad de materiales—entrevista, experiencia personal, historias de vida, observaciones, textos históricos, imágenes, sonidos – que describen la rutina y las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas. (Pag, 32).

El enfoque cualitativo, se basa fundamentalmente en develar de manera interpretativa la realidad a partir del análisis estructurado de las cualidades de un objeto problemático, tomando como punto de referencia la visión del investigador como sujeto que se deja permear por la misma realidad que busca investigar, es decir se ejerce un proceso dialéctico de transformación tanto del investigador como de la población objeto de investigación.

7.2. Método de Investigación

El proyecto en mención está enmarcado en el tipo de Investigación descriptiva, lo que implica observar y describir los comportamientos de los grupos poblacionales objetos de estudio, sin influir en ellos de ninguna manera. Este tipo de investigación Consiste, fundamentalmente, en caracterizar un fenómeno o situación concreta indicando sus rasgos más peculiares o diferenciadores.

Según (Bunge, 2008), El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables.

Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento.

7.3.Población

La población objeto de estudio hace parte del programa de formación deportiva en porrismo del Instituto de Recreación y Deportes de la ciudad de Medellín; programa de acceso público que desarrolla sus labores en la Unidad Deportiva Atanasio Girardot.

7.4. Muestra

En el grupo desarrollo deportivo Inder Medellín en porrismo son 28 deportistas de los cuales 10 son niños y 18 son niñas entre los 10 y los 14 años de edad y entrenan en el coliseo de

gimnasia de Medellín lunes miércoles y viernes con una intensidad de 2 horas por clase y están conformados hace 3 años.

7.4.1. Criterios de inclusión

- Ser deportista de PORRISMO
- Tener mínimo dos años de entrenamiento

7.4.2. Criterios de exclusión

- Presentar alguna lesión durante el proceso
- No presentarse a las sesiones de entrenamiento
- Dejar de practicar PORRISMO

7.5. Técnicas para la recolección de la información

Considerando que la presente investigación se enmarca en el ámbito de los estudios cualitativos se recurre a una técnica de recolección directa de tipo hermenéutico, a través de la que se logrará retomar la voz de los participantes para comprender el alcance real de sus prácticas educativas.

7.5.1. Entrevista semi estructurada.

La entrevista es una técnica de recolección de información muy importante dentro de la investigación cualitativa, esta permite a los investigadores acercarse de manera directa los puntos de resonancia y disonancia de la población objeto de estudio respecto a un elemento problemático que requiere ser investigado desde el contexto social. Las entrevistas pueden responder a una estructuración predeterminado o estructurada o pueden ser semiestructuradas, en las cuales los

entrevistados y el entrevistador van dando orden a sus respuestas y preguntas desde la apertura libre de posiciones al respecto del tema a investigar. Según (Vargas, 2012), la entrevista

(...) incluye cualquier encuentro entre dos personas, un investigador y su entrevistado, en el que el investigador hace preguntas que pueden ir desde las encuestas de opinión o los cuestionarios, es decir, instrumentos altamente estructurados, y las entrevistas abiertas donde es posible, incluso, que el investigador sea preguntado e interpelado por el informante. En investigación cualitativa la entrevista no se basará en cuestionarios cerrados y altamente estructurados, aunque se puedan utilizar, sino en entrevistas más abiertas cuya máxima expresión es la entrevista cualitativa en profundidad, donde no sólo se mantiene una conversación con un informante, sino que los encuentros se repiten hasta que el investigador, revisada cada entrevista, ha aclarado todos los temas emergentes o cuestiones relevantes para su estudio.

8. Resultados y Discusión

8.1. Entrevista Semiestructurada

Con el objetivo de comprender la relación entre el componente social (relaciones interpersonales) y el desempeño en la práctica del porrismo, se recurrió a una entrevista (diálogo direccionado) con entrenadores físicos en el campo del porrismo.

En primera instancia, el equipo investigador consulto sobre la importancia que se les confieren a las relaciones interpersonales en el desarrollo de este deporte, consolidando la siguiente pregunta: *¿Por qué es importante para el porrismo las adecuadas relaciones interpersonales?*

Ante esta pregunta los entrenadores consideran las relaciones interpersonales son importantes en la práctica del porrismo, debido a que

se busca lograr un estilo de vida diferente a nivel deportivo en donde todo fluya con armonía ya que cada deportista debe trabajar en pro de un objetivo y cada uno de ellos debe estar en sincronización y en coordinación con el tiempo y el espacio durante cada sesión de entrenamiento, cada momento de la rutina consta de desplazamientos en donde se ejecuta gimnasia y lo ideal es que no se presenten errores durante cada uno de sus componentes y más que todo en el momento del partner que son las acrobacias que realizan los deportistas en grupos de cinco de cuatro y de tres en el nivel 2 donde es fundamental que los deportistas se entiendan y se valoren, toleren y sean muy solidarios debido a que cada uno desempeñará un papel especial siendo sporet o auxiliar, base o flyer y cada uno de comprender que la flyer es como una jarra de cristal se rompe al igual que ella y deben de comprender que debemos cuidar la vida de la persona que está arriba. (E.E1 L12 – 22)

Desde esta perspectiva según los entrevistados las relaciones interpersonales influyen de manera directa en actividades físicas fundamentales del porrismo como lo son la sincronización y la coordinación, dejando claro que la comunicación es el canal central que garantiza la efectividad en la práctica de las rutinas deportivas, si esta no está, es evidente que los deportistas no se apoyen desde la ejercitación de agilidad y fuerza. De igual manera consideran que el porrismo es un deporte en el que se trata

de formar una familia donde el amor y la unión del equipo marca la diferencia en las rutinas ya que se muestra una mayor empatía y en los desplazamientos se verá mayor limpieza y por lo general el nivel técnico de cada deportista avanzará a la par con los demás deportistas en este caso en el nivel dos mixtos categoría junior. (E. E2 L6 – 9)

Posteriormente, y con el propósito de evidenciar esta importancia en el contexto de entrenamiento se preguntó *¿Han sido testigo de conflictos entre los practicantes del porrismo? Y de ser así ¿cómo han intervenido en dichos conflictos?*

Ante esta pregunta los entrevistados responden, que si se han presentado conflictos *ya que somos humanos y a veces se puede pasar por el alto el respeto por los demás, muchas veces cuando los deportistas tienen mejores habilidades que otros pasa que se pueden decir cosas y sacar a flote diferencias como yo hago este ejercicio mejor o yo soy mejor deportista, también se han presentado conflictos ya que varios estudian y viven por la misma zona y a uno como formador le toca intervenir con el dialogo para que cada incidente no pase a mayores y se puedan arreglar las cosas mediante el buen trato y la escucha activa. También se presenta que en los grupos de partner se deja caer a la flyer durante una competencia y en ese momento se trata de poner un culpable entre ellos, pero*

cada uno es culpable porque no trabajo en equipo y es donde uno como entrenador y formador entra con el dialogo a realizar autoevaluación de cada grupo y explicar que todos son los responsables. (E. E1 L31 – 42)

Ante esta pregunta los entrenadores consideran que al ser el porrismo un deporte de conjunto las fricciones personales y conflictuales son normales, sin embargo, se busca que sea el mismo trabajo en equipo con una adecuada planificación la que permita que los deportistas asuman sus errores y se comprometan a estructurar desde sus individualidades triunfos grupales que repercutan en los logros conjuntos y no individuales.

En este mismo contexto, se procedió a interrogar sobre *¿Cómo influyen las relaciones armónicas entre deportistas y entrenadores en la práctica del porrismo?*

La relación armónica entre deportista y entrenador es muy importante ya que si no hay dicha relación armónica el deportista no podrá avanzar en su adecuada preparación deportiva y los avances significativos a nivel técnico personal de cada uno de ellos podría frustrar al deportista y al entrenador y podría crear discordias entre los compañeros que podrían avanzar a un mayor ritmo a nivel técnico ya que la empatía con el entrenador es fundamental para los avances personales y más para los que trabajan en equipo ya que el trabajo en equipo debe ser superior y de cada uno ocupando un rol dentro del equipo ayudaran a obtener un resultado y podría evitar la frustración temprana y deserción del deportista del equipo y podría acabar con su carrera deportiva. Las buenas relaciones interpersonales según los entrenadores

también ayudan a obtener resultados a nivel competitivo y ayudan a que perdure el equipo durante mayor tiempo. Cuando el deportista adquiere la confianza en su entrenador se dispara en el nivel técnico ya que la confianza permite dejar los miedos que nos impiden

avanzar y comienzan a seguir los consejos tanto técnicos como los que les pueden servir para la vida y se convierten en herramientas para aprender a sobrellevar los obstáculos que la vida les pueda poner en cualquiera de los diferentes ámbitos en lo que se relacionen y sean personas útiles para la sociedad por el su estilo de vida el cual cada vez más va tomando disciplina y se va forjando su carácter. (E. E3 L22 – 30).

Finalmente, y apelando a la experiencia y experticia de los entrenadores se genera un ejercicio propositivo al preguntar: *¿Qué recomendaciones para mejorar las relaciones interpersonales del porrismo?*

Se recomiendan juegos de confianza como el muñeco tieso que consta de poner los integrantes del *partner* en un círculo y empezar a estar uno en el medio para empezar a generar la confianza dentro de los grupos de trabajo desplazando al compañero al frente y a los lados sin dejarlo caer ya que debe tener vendados los ojos cada uno de los deportistas pasa por el medio. Luego se queda en posición de muerto y como en posición de tabla y tensiona el cuerpo para luego ser alzado hasta arriba en posición de brazos en extensión, desde posición de cuna se realizan elevaciones a posición de cuna.

Se realiza el juego del pescadito que consta de hacer cadeneta de entre dos y se juntan y una persona es elevada desde atrás hasta llegar adelante acostado. También se maneja el diálogo, el respeto y el buen trato a través de reflexiones al final de la clase en donde debe primar primero la vida sobre cualquier diferencia que se llegue a presentar. Entre todos. Se recomienda también lograr que los deportistas de la misma zona se desplacen y formen grupos en el desplazamiento para fortalecer las relaciones de amistad dentro del equipo, lo que hace en pensar en no solo el bienestar propio si no también el de mi compañero lo que crea un lazo más fuerte y ayuda en los diferentes resultados tanto deportivos como técnicos de cada deportista.

8.2. Propuesta Formativa

La consolidación del aporte o insumo central de la investigación se relaciona a modo de propuesta de formación, la cual tomando el modelo de un plan de entrenamiento basado en un total de 10 sesiones basadas en juegos o prácticas que propicien el trabajo en equipo, la comunicación, la confianza y el cooperativismo.

8.2.1. Objetivo de la propuesta

Consolidar prácticas formativas, basadas en el trabajo en equipo y la cooperación, orientadas al mejoramiento de las relaciones interpersonales de los deportistas del grupo de porrismo del INDER Medellín.

8.2.2. Metodología de la propuesta

Se toman como referencia los modelos de intervención en talleres de tipo didáctico, basados en actividades que implican el trabajo en equipo y la construcción grupal; cada uno de estos talleres se construye a partir de tres momentos: Inicial (sensibilización y calentamiento), central (construcción y compartir) y final (Toma de consciencia y reflexión).

8.2.3. Competencias a desarrollar

De manera explícita o implícita las actividades propuestas trabajan competencias ciudadanas básicas asociadas con las relaciones interpersonales, entre ellas se pueden destacar:

- Trabajo en equipo: Construcción grupal del producto.
- Comunicación Asertiva: Coordinación y resolución de conflictos.
- Confianza y sensibilidad social: Otredad y consciencia social.
- Responsabilidad y respeto: Identificación de roles, alcances y responsabilidades.

8.2.4. Descripción de las Actividades Propuestas

A continuación, se procede a realizar puntual descripción de las sesiones de entrenamiento que componen la propuesta de formación.

Tabla 6

Descriptor Didáctico Sesión N° 1

Sesión	1
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido	Contenidos del nivel 1. al 2 en acrobacia
Competencia Ciudadana	BUEN TRATO
Parte inicial	Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote. Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos Llamado a lista. Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.
Parte central	Realizar inducción en el porrismo trabajar elementos de confianza tales como el muñeco tieso, formar grupos de 5 y hacer un circulo en donde uno se coloca en el medio se pone tieso como una tabla y es arrojado de lado a lado sin dejarlo caer con los ojos vendados cada uno de los deportistas debe pasar por el medio.
Parte final	Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero. Motivación para la próxima clase.
Recursos	Bocadillos

Tabla 7*Descriptor Didáctico Sesión N° 2*

Sesión	2
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista.</p> <p>Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar inducción en el porrismo trabajar elementos de confianza tales como el pescadito los deportistas se ponen de lado a lado cruzando sus manos en la posición lanzamiento que es un agarre de red entre dos y se hace una fila en la cual en un extremo se realiza una persona que es tirada hacia arriba y al frente sin dejarla caer en posición de tabla hasta llegar al lado contrario</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 8*Descriptor Didáctico Sesión N° 3*

Sesión	3
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	BUEN TRATO
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista.</p> <p>Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar inducción en el porrismo trabajar elementos de confianza tales como el muñeco tieso, formar grupos de 5 y hacer un circulo en donde uno se coloca en el medio se pone tieso como una tabla y es arrojado de lado a lado sin dejarlo caer con los ojos vendados cada uno de los deportistas debe pasar por el medio.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 9*Descriptor Didáctico Sesión N° 4*

Sesión	4
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido:	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista. Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar inducción en el porrismo trabajar elementos de confianza tales como la posición de cuna en donde se realizan grupos de 5 y una persona es tomada en brazos por dos de sus compañeros desde la espalda y las piernas mientras los otros dos toman la axila y la otra los pies realizan una flexión de piernas y lanzan al aire a su compañero y luego lo reciben en la misma posición. Sin dejarlo caer y cada uno realiza el ejercicio pasando por la mitad y cada una de las diferentes posiciones del grupo los cuales son de bases, sporet, auxiliar y flyer.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 10*Descriptor Didáctico Sesión N° 5*

Sesión	5
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista. Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar inducción en el porrismo trabajar elementos de confianza tales como la posición inicio o retake en el grupo de acrobacia de cinco se toma la flyer en la posición de sentadilla a nivel medio que es en la cadera tomado de la cadera y de los tobillos por los auxiliares caminar de una línea a la otra, luego comenzar a realizar flexión de piernas y llegar hasta la posición de nivel de pre en en el pecho bajar nuevamente y hacer repeticiones hasta que se logre sincronizar el equipo siempre cuidando la vida de la flyer.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 11*Descriptor Didáctico Sesión N° 6*

Sesión	6
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
CONTENIDO:	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista.</p> <p>Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar posición de inicio para subir al partner en posición de lonch subiendo a pre extensión por escalera con ayuda del sporet sosteniendo la cadera y lanzando la flyer a la posición de pre. Sube una pierna y escala a extensión de brazos el auxiliar y el esporet ayudan de los tobillos o debajo de las plantas de los pies y de las muñecas de las bases realizando cuna desde extensión para mejorar la confianza del equipo ya que a medida de que votan sus temores van mejorando las flyers y las bases.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 12*Descriptor Didáctico Sesión N° 7*

Sesión	7
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido:	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Tato
Parte inicial	Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote. Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos Llamado a lista. Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.
Parte central	Realizar posición de inicio para subir al partner en posición de lonch subiendo a pre extensión por escalera con ayuda del sporet sosteniendo la cadera y lanzando la flyer a la posición de pre. Sube una pierna y escala a extensión de brazos el auxiliar y el esporet ayudan de los tobillos o debajo de las plantas de los pies y de las muñecas de las bases realizando cuna desde extensión para mejorar la confianza del equipo ya que a medida de que votan sus temores van mejorando las flyers y las bases.
Parte final	Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero. Motivación para la próxima clase.
Recursos	Bocadillos

Tabla 13*Descriptor Didáctico Sesión N° 8*

Sesión	8
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
CONTENIDO:	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista.</p> <p>Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar juegos de trabajo en equipo tales como la lleva en cadeneta, policías y ladrones luego de los juegos realizar trabajo de sentadillas con las flyers en posición de pre extensión caminando de un lado al otro de la pedana para generar la confianza y lograr que las buenas relaciones interpersonales del grupo ayuden a conseguir un objetivo en común y les sirva para sus vidas.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 14*Descriptor Didáctico Sesión N° 9*

Sesión	9
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido	CONTENIDOS DEL NIVEL 1. AL 2 EN ACROBACIA
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista.</p> <p>Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar posición de inicio para subir a el partner en posición de lonch subiendo a pre extensión por escalera con ayuda del sporet sosteniendo la cadera y lanzando la flyer a la posición de pre. Sube una pierna y escala a extensión de brazos el auxiliar y el esporet ayudan de los tobillos o debajo de las plantas de los pies y de las muñecas de las bases realizando cuna desde extensión para mejorar la confianza del equipo ya que a medida de que votan sus temores van mejorando las flyers y las bases.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

Tabla 15*Descriptor Didáctico Sesión N° 10*

Sesión	10
Unidad de Competencia	Trabajo en equipo
Contenido:	Contenidos Del Nivel 1. Al 2 En Acrobacia
Competencia Ciudadana	Buen Trato
Parte inicial	<p>Movilidad articular calentamiento desde miembros inferiores a superiores. 5 minutos de trote.</p> <p>Estiramiento de Split, spagat y arco atrás. 5 minutos</p> <p>Llamado a lista.</p> <p>Realizar pateos frontales y laterales. Realizar 20 repeticiones de cada uno.</p>
Parte central	<p>Realizar posición de inicio para subir a el partner en posición de lonch subiendo a pre extensión por escalera con ayuda del sporet sosteniendo la cadera y lanzando la flyer a la posición de pre. Sube una pierna y escala a extensión de brazos el auxiliar y el esporet ayudan de los tobillos o debajo de las plantas de los pies y de las muñecas de las bases realizando cuna desde extensión para mejorar la confianza del equipo ya que a medida de que votan sus temores van mejorando las flyers y las bases.</p>
Parte final	<p>Reflexión del buen trato y el trabajo en equipo realizado durante la clase y Vuelta a la calma a través de ejercicios de estiramiento con ayuda del compañero.</p> <p>Motivación para la próxima clase.</p>
Recursos	Bocadillos

9. Conclusiones

La implementación de un plan de entrenamiento posibilitó una reflexión en varios aspectos, en primer lugar, la práctica regular del porrismo, se hace con base a principios de interacción social aportando a los atletas y amateurs una sana convivencia; debido al uso normativo de reglas de trabajo en equipo y conciencia sana de objetivos comunes, encabezado a metas de esfuerzo comunitario. Lo que permite proyectar una vida al desarrollo del pueblo colombiano en una sana convivencia

En segundo lugar, el educador o entrenador hace parte motivacional en los diferentes procesos de interacción intrapersonal al entramado social y su influencia en la praxis disciplinaria para el avance social y deportivo de una comunidad sin limitantes socio económicas donde se unan pasión y práctica constante en las diferentes modalidades de cheer.

Se concluye que es fundamental que los niños y jóvenes durante el proceso de entrenamiento y formación del porrismo se les fomente no solo el mejoramiento de su estado físico si no su mente e individualidad como persona que tiene un lugar en su comunidad, contribuyendo a fomentar valores como la responsabilidad, el respeto, la confianza y la disciplina son elementos de gran importancia para la evolución como un deportista integral

El entrenador a cargo debe estar en constante búsqueda del fortalecimiento de las relaciones interpersonales con sus alumnos y padres; ya que de esto depende que los participantes puedan amar la disciplina con total libertad y entrega, pudiendo encontrar en su profesor no solo un docente si no un amigo que los apoyé y guie en su formación como porrista.

Se hace necesario siempre fortalecer y fomentar el trabajo en equipo para así poder alcanzar las metas establecidas por el grupo y la institución. Las acrobacias y coreografías que serán

realizadas siempre deben ser acorde a la edad, estado físico e capacidades motrices de los integrantes del equipo.

Toda practica y entrenamiento debe comenzar y terminar con un calentamiento y un relajamiento muscular de los deportistas para evitar en lo posible lesiones dentro del equipo, permitiendo así el adecuado desarrollo de la actividad, cumpliendo tiempos y logrando con éxito rutinas impecables y bien ejecutadas.

Las buenas relaciones interpersonales en el porrismo nos ayudan al trabajo en equipo a evitar accidentes y alcanzar objetivos en común y minimizamos los riesgos durante la práctica deportiva. Y no solo en el porrismo le sirve para su vida cotidiana y aprenden a ser más tolerantes y solidarios con el prójimo.

Referencias Bibliográficas

(IASF). (2006). *Reglamento* . Obtenido de <http://www.iasfworlds.com/>

Andueza, J. (2015). *Educación de las relaciones interpersonales a través de la educación física en primaria*. Recuperado el 25 de mayo de 2019, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=101179>

Ayala, M., & Rincón, L. (2014). *FACTORES SOCIALES Y FACTORES PSICOLÓGICOS QUE INFLUYEN EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DEL PORRISMO EN NIÑAS DE 9 A 15 AÑOS DEL COLEGIO SANTA MARÍA STELLA MARIS DE LA CIUDAD DE SANTIAGO DE CALI*. Recuperado el 10 de junio de 2019, de <https://pdfs.semanticscholar.org/e643/ae4d9e438e838cb013c7802bee2b4adbc92e.pdf>

Azofeifa, G., & Elisondo, A. (2014). *Guía Interactiva acerca de la enseñanza de los fundamentos del porrismo*. Recuperado el 14 de mayo de 2019, de <https://www.repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/11325/Tesis%208750?sequence=1&isAllowed=y>

Barbosa Rodríguez, A., Cely Jaimes, F., & Ariza Chaves, S. (2015). *EL ESTADO DE ARTE DEL ENTRENAMIENTO DE LA PERCEPCIÓN VISUAL EN EL*. Bogotá: COORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS.

Bermejo, J. (2013). Revisión del concepto de técnica deportiva. *Revista Digital de Educación Física*, 45-60. Obtenido de <file:///C:/Users/Asus/Downloads/Dialnet-RevisionDelConceptoDeTecnicaDeportivaDesdeLaPerspe-4707702.pdf>

Bolaños, J. (2015). *"RELACIONES INTERPERSONALES DOCENTES Y MANEJO DE CONFLICTOS.* Obtenido de

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/09/Bolanos-Jose.pdf>

Castañeda, M., Alajandra , S., & Cortes , D. (2014). *VALORES SOCIALES Y DEPORTIVOS ASOCIADOS A LA PRÁCTICA DEL CHEER AND DANCE EN LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA CHEER ELITE COLOMBIA.* Recuperado el 20 de diciembre de 2018, de

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3881/Castanedamauricio2014.pdf?sequence=1>

Castañeda, M., Samaca , A., & Cortes, D. (2014). *Valores sociales aplicados a la práctica del porrismo* . Obtenido de

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/3881/Castanedamauricio2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Castañeda, S., & Walteros , B. (2014). *PRINCIPALES FACTORES DE DESERCIÓN EN MUJERES PORRISTAS A NIVEL COLEGIAL EN LAS CATEGORÍAS INFANTIL, JUNIOR Y JUVENIL DE SANTIAGO DE CALI.* Recuperado el 14 de mayo de 2018, de

<http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/9333/1/3484-0510855.pdf>

CHEER . (2019). *Federación Colombiana de Porrismo* . Obtenido de <https://www.fedecolcheer.com/cheer>

Clares, P. M. (01 de 2008). *blogspot.* Obtenido de <http://uprotgs.blogspot.com.co/2008/01/la-importancia-de-saber-tomar.html>

Echeverry, A. (Noviembre de 2017). *Modelo Deportivo de Ciudad (MDC)* . Obtenido de [https://www.inder.gov.co/sites/default/files/2017-](https://www.inder.gov.co/sites/default/files/2017-12/Edici%C3%B3n%203%20CONNOTA%20-%20Con%20Portada_0.pdf)

[12/Edici%C3%B3n%203%20CONNOTA%20-%20Con%20Portada_0.pdf](https://www.inder.gov.co/sites/default/files/2017-12/Edici%C3%B3n%203%20CONNOTA%20-%20Con%20Portada_0.pdf)

Evolucion en la toma de desiciones y la habilidad tecnica en el futbol. (2015 - 09).

Fonseca, L. (2012). *Incidencia de un programa de entrenamiento de gimnasia en el equipo d ela categoria jivenil d ela ciudad de Quito*. Recuperado el 14 de mayo de 2019, de [file:///C:/Users/Asus/Downloads/T-ESPE-033839%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/Asus/Downloads/T-ESPE-033839%20(4).pdf)

García, J. (1996). *Planificación del deportivo*. Madrid: Gymnos .

Gonzalez-Villora, S., Garcia-Lopez, L. M., & Contreras-Jordan, O. (2015-09). Evolucion de la toma dedesiciones y la habilidad tecnica en el futbol. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad fisica del deporte*.

Hernández, J. (2005). *Fundamentos de las estructuras del juego deportivo*. Madrid : La casa del libro .

Jiménez, J. (2011). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Obtenido de http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/libros_expo2011/planificacion_entrenamiento_deportivo.pdf

JOHNNY BOLAÑOS ORDOÑEZ, P. A. (s.f de s.f de 2012). *VICERRECTORIA ACADÉMICA - UNIVERSIDAD DEL VALLE* . Obtenido de TESIS DE GRADO:CARACTERÍSTICAS FÍSICAS, TÉCNICAS, TÁCTICAS Y PSICOLÓGICAS DEL PORTERO DE FUTBOL : <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co:8080/bitstream/10893/4364/1/CB-0470401.pdf>

- López, N. (2011). *RELACIÓN ENTRE FACTORES MOTIVACIONALES Y NIVELES DE ANSIEDAD EN PORRISTAS EN PRE COMPETENCIA*. Recuperado el 10 de julio de 2019, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5134646>
- Madir, I. R. (23 de Agosto de 2014). *Nuevas perspectivas del entrenamiento del portero de fútbol en el desarrollo evolutivo*. . Obtenido de Nuevas perspectivas del entrenamiento del portero de fútbol en el desarrollo evolutivo. : <https://es.slideshare.net/garciamartin3/069-027-036es>
- Meinel, K. (1977). *Didáctica del movimiento ensayo de una teoría del movimiento en el deporte desde el punto de vista pedagógico*. La Habana : Orbe .
- Murillo, V. (2016). *Propuesta didáctica para el desarrollo de las relaciones interpersonales por medio del acrosport de los estudiantes de la Universidad Libre* . Obtenido de <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8943/ProyectoGrado%202016.pdf?sequence=1>
- olaya, a. c.-d.-h. (2014). *caracterizacion teorica fundamentadapor las metodologias analitica y cognitiva para la toma de decisiones en el futbol formativo en niños de 10 a 12 años* . bogota.
- Perea, C. M. (2018). *Incidencia de las relaciones interpersonales en los procesos de neñanza y aprendizaje* . Obtenido de <https://es.scribd.com/document/420416950/Incidencia-de-Las-Relaciones-Interpersonales-3>
- Perez Munoz , S., Dominguez Munoz, R., Rodriguez Cayetano, A., Lopez Garcia , S., & Sanchez Munoz, A. (2016). ESTUDIO DE LAS ACCIONES TÉCNICAS DEL PORTERO DE FÚTBOL. *EmasF Revista de Educacion Fisica*, 42.

Pilar Sainz de Baranda Andujar, E. O. (s.f de 07 de 2003). *efdeportes.com - Revista Digital*.

Obtenido de Metodología global para el entrenamiento del portero en el futbol base:

<http://www.efdeportes.com/efd62/portero.htm>

PORRISMO . (2014). *El Porrismo es más que un simple deporte, es un sueño, una meta, un ideal que para muchas personas se construye con esfuerzo, ganas, compromiso y dedicación.*

Obtenido de

<http://deporteyactividadfisicagimnastica2896.blogspot.com/2014/09/esquema-del-porrismo.html>

Real Academia de La Lengua Española . (05 de mayo de 2018). Obtenido de <http://www.rae.es/>

Rodríguez, G., Gil , J., & García , E. (1996). *Introducción a la investigación cualitativa* . Obtenido de

<https://www.google.com/search?q=investigaci%C3%B3n+cualitativa&oq=investigaci%C3%B3n+cualitativa&aqs=chrome..69i57j0l5.4052j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

Salvador Pérez Muñoz, R. D. (14 de 07 de 2016). *EmasF*. Obtenido de ESTUDIO DE LAS ACCIONES TÉCNICAS DEL PORTERO DE FÚTBOL- Revista Digital de Educacion

Fisica: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-EstudioDeLasAccionesTecnicasDelPorteroDeFutbolProf-5669592%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-EstudioDeLasAccionesTecnicasDelPorteroDeFutbolProf-5669592%20(1).pdf)

Seirul-lo, F. (1993). *La Técnica y su Entrenamiento*. Obtenido de Apunts Medicina de l'Esport:

<http://www.motricidadhumana.com/art-tecnicaentreseirul-lo.htm#1>

Siff, M., & Verkhoshansk, Y. (2000). *Super entrenamiento* . Barcelona: Paidotrivo.

Vanegas, W. M., & Roa, J. (3 de junio de 2014). *Propuesta pedagógica para el desarrollo de la técnica deportiva en el portero del fútbol*. Obtenido de <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/7671/RoaCruzJhonattanAlexander2014.pdf;jsessionid=619DC5F91D5C44B38851599A5C4DB805?sequence=1>

Walter Patiño Fernández, V. H. (s.f de 07 de 2007). *Universidad de Antioquia*. Obtenido de PARÁMETROS TÉCNICO – TÁCTICOS PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES DE: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/106-parametros.pdf>

Anexos

Ilustración 6

Descriptor Visual Sesión N° 1



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 7

Descriptor Visual Sesión N° 2



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 8

Descriptor Visual Sesión N° 3



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 9

Descriptor Visual Sesión N° 4



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 10

Descriptor Visual Sesión N° 5



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 11

Descriptor Visual Sesión N° 6



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 12

Descriptor Visual Sesión N° 7



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 13

Descriptor Visual Sesión N° 8



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.

Ilustración 14

Descriptor Visual Sesión N° 9



Nota: Desarrollo de Actividades de integración y acompañamiento a grupos, consolidando las relaciones interpersonales.