

FRANCISCO JAVIER SANDOVAL ESCOBAR\* Y HERBERT CÁRDENAS RUIZ\*\*

# LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE COMO AGENTES DE COMPROMISO SOCIAL

Las condiciones de confinamiento crearon la necesidad de promover la actividad física y el deporte como elementos indispensables de bienestar humano en clave de salud física y mental. El Centro Javeriano de Formación Deportiva fue artífice de esta sana actividad en varias comunidades educativas.

**E**n muchas oportunidades los colegios distritales carecen de profesionales en educación física y artes, en especial en las edades más tempranas. Son niñas y niños que no cuentan con la posibilidad de tener acceso a un elemento primordial y necesario para su desarrollo como lo es la promoción de la formación lúdica, corporal, física y deportiva. A pesar de que algunos docentes se esfuerzan por acompañar a los infantes, no logran abarcar a toda la población, pues carecen de herramientas para diseñar y llevar cabo un proceso estructurado que brinde unos resultados mínimos de aprendizaje desde la perspectiva de la educación física infantil.

**El Centro de Formación Deportiva comenzó un proceso de apoyo a comunidades en situación de vulnerabilidad, promocionando la actividad física y el deporte.**

El Instituto de Enseñanza Distrital San Martín de Porres, ubicado en los barrios orientales vecinos a la Universidad Javeriana, no es una excepción a esa problemática que se presenta en los cursos de Jardín, Transición y los grados 1°, 2°, 3°, 4° y 5°.

A esta realidad, en 2020 se sumó las condiciones que trajo consigo el confinamiento, haciendo más latente el crecimiento de los indicadores de sedentarismo en los niños y niñas.

Para disminuir este riesgo, el Centro Javeriano de Formación Deportiva de la Pontificia Universidad Javeriana apoyó con su equipo de profesionales las necesidades particulares del Instituto San Martín de Porres, partiendo del diseño de un proceso de planeación conjunta y participativa con la institución.

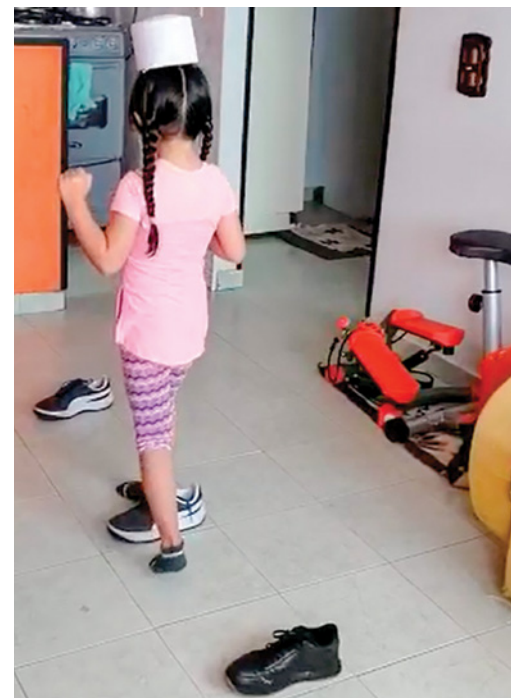
Vale la pena decir que el terreno para este acompañamiento y trabajo conjunto se comenzó a cultivar desde el año 2014, cuando el Centro de Formación Deportiva comenzó un proceso de apoyo a comunidades en situación de vulnerabilidad, promocionando la actividad física y el deporte en poblaciones específicas tales como niños, adultos mayores y madres cabezas de hogar, entre otros.

El proceso inició con aliados estratégicos dentro de la Universidad como el Centro Pastoral San Francisco Javier y con instituciones externas, en especial, la Fundación Fe y Alegría y el Instituto de Enseñanza Distrital San Martín de Porres, con quienes se han estrechado vínculos en los últimos períodos.

Fue así como para este año de pandemia se pudo establecer que cerca del 25% de las familias del colegio tienen recursos limitados o no cuentan con los elementos para ga-

rantizar la conectividad. Ante estas condiciones, el Centro Javeriano de Formación Deportiva apoyó a la comunidad de San Martín de Porres con la promoción de la educación física a través de guías impresas que se entregaron cada quince días (a partir del mes de agosto) aprovechando la entrega del material académico de las demás asignaturas y de los mercados y refrigerios que la Secretaría de Educación Distrital ofreció a las familias de los niños del colegio.

Lo anterior implicó un reto para el equipo de trabajo del Centro deportivo de la Javeriana, ya que también era una novedad orientar una clase completamente práctica a través del papel y la distancia. Sin embargo, aprovechando la experiencia y liderazgo de varios profesionales de la Línea de Deportes



Niños entre los 5 y 10 años realizaron actividad física a través de las guías que creó el Centro deportivo de la Javeriana.

del Centro que también trabajan como docentes en instituciones educativas, se conformó un equipo de trabajo para definir el proceso y las metodologías que se deberían garantizar para cada grupo de acuerdo con su edad y etapa de desarrollo, así como también la definición de los contenidos, las actividades y los materiales que se necesitarían en cada ejercicio y actividad de clase.

Los resultados fueron positivos: se desarrollaron 98 contenidos diferentes, entregados a través de 5.047 guías a 721 niñas y niños.

“Estas guías obedecen a una intervención profesional, una intervención diseñada para llegar a todos los niños; reconoce las particularidades de cada ciclo, además están elaboradas desde un espíritu muy positivo (...) Al mismo tiempo, contribuyen a la formación de valores, a la formación de una actitud frente a la vida y unos hábitos que son positivos para la salud del niño”, comentó Eduardo Ernesto Bernal, rector del Instituto San Martín de Porres al hacer un balance de este proceso.

## ■ Madres comunitarias promotoras de actividad física

Mientras se desarrollaban y entregaban las guías para promover la actividad física y el deporte en el colegio, el Centro Javeriano de Formación Deportiva también apoyaba a la Fundación Fe y Alegría, regional Bogotá, Soacha y Tolima.

La Fundación Fe y Alegría trabaja en múltiples iniciativas en la población infantil: apoya a madres comunitarias, administra varios hogares infantiles y apoya a grupos familiares con la promoción del arte a través del baile y la danza.

Antes de la pandemia, la promoción de la educación física era un tema incipiente en la Fundación, razón por la cual el Centro Javeriano promovió el bienestar familiar a través de dos ejes de trabajo: primero con el desarrollo de un



820 niños de los sectores de Ciudad Bolívar, Suba y Rafael Uribe Uribe en Bogotá realizaron actividad física orientados por madres comunitarias.

proceso de formación con las madres comunitarias y agentes educativos de los hogares infantiles, y segundo, con material audiovisual que podía ser compartido semanalmente con las familias de los niños, con el fin de promover un proceso de integración, aprendizaje y diversión.

Para formar a las madres comunitarias y los agentes educativos en promotores de la educación física, se realizaron tres procesos de formación entre septiembre y noviembre, con la participación de 28 madres comunitarias y 35 agentes educativos, quienes atienden más de 820 niñas y niños de los sectores de Ciudad Bolívar, Suba y Rafael Uribe Uribe en Bogotá.

Durante el proceso cada uno de ellos conoció y apropió herramientas que mejoran y potencian su labor como formadores, acciones que se reflejan en un mejor servicio para los niños y niñas que acompañan regularmente.

Por su parte, con el desarrollo de los videos se pudo alcanzar un número importante de niños de la localidad de Ciudad Bolívar, en Bogotá, así como del municipio de Armero-Guayabal, en el Tolima, donde la Fundación también cuenta con sedes de trabajo.

Un punto para resaltar en el diseño y desarrollo de este material audiovisual es la participación de estudiantes-deportistas voluntarias de la selección femenina de voleibol de la Universidad Javeriana, quienes aceptaron el reto de apoyar este proceso como parte de su proceso de formación integral, aportando a la promoción de la actividad física en los niños y niñas de la Fundación.

Con base en la experiencia y los resultados obtenidos, para el próximo año el Centro de Formación Deportiva planea continuar y fortalecer el apoyo a estas instituciones; pues se ha probado con creces que la virtualidad no es un obstáculo, sino todo lo contrario, una herramienta innovadora para que la actividad física y el deporte extiendan su influjo y apoyen con éxito programas de bienestar social e integración comunitaria en un país de regiones como Colombia **H**

\* Director del Centro Javeriano de Formación Deportiva

\*\* Coordinador del Programa de Desarrollo del Centro Javeriano de Formación Deportiva