	MACROPROCESO DE APOYO	CODIGO: AAAr113
	PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 1 de 8


FECHA viernes, 9 de junio de 2017

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Ciudad

SEDE/SECCIONAL/EXTENSIÓN	Sede Fusagasugá
DOCUMENTO	Trabajo De Grado
FACULTAD	Ciencias Del Deporte Y La Educación Física
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Licenciatura en Educación Básica Con Énfasis en Educación Física

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	NO. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
Herrera Ortiz	Jeisson Fernando	1121906800
Peralta Beltran	Pablo Yamir	11255518

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 2 de 8

Director(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
Peralta Beltrán	Pablo Yamir


TÍTULO DEL DOCUMENTO
El ciclomontañismo una experiencia significativa Universitaria, en la Universidad de Cundinamarca

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)

TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía
Licenciatura en educación básica con énfasis en educación física recreación y deporte

AÑO DE EDICION DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS (Opcional)
09/06/2017	

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS: (Usar como mínimo 6 descriptores)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1.experiencias significativas	Significant experiences
2.ciclomontañismo	montanbike
3.reflexion	reflection
4.experiencias vividas	life experiences
5.contextos	Contexts
6.sentimientos y emociones	Feelings and emotions

	MACROPROCESO DE APOYO	CODIGO: AAAR113
	PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 3 de 8

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS: (Máximo 250 palabras – 1530 caracteres):

El presente artículo presenta los resultados de la investigación "El ciclomontañismo, una experiencia significativa universitaria, en la universidad de Cundinamarca" desarrollado con estudiantes de cuarto, quinto, sexto y séptimo semestre de la Licenciatura en Educación Física sede Fusagasugá- Cundinamarca.

Los resultados del estudio permitieron develar todas las experiencias importantes que se dieron, dentro de un contexto a partir de unas acciones realizadas, que le dio sentido a los dos años con el grupo representativo de ciclomontañismo.

Las conclusiones de la investigación, señalan que se pudo construir una reflexión sobre las experiencias vividas por medio de las entrevistas, donde ellos generaron conciencia sobre sus acciones, sentimientos y emociones, al ser parte del grupo de ciclomontañismo. De esta manera, los integrantes logran una estructuración de sus procesos, dándole una organización para lograr un empoderamiento y liderazgo dentro de otros contextos, generando un sentido de pertenencia de sus conocimientos.

This article presents the results of the investigation "The mountain biking, a meaningful experience University, at the University of Cundinamarca" developed with students from fourth, fifth, sixth and seventh semester of the Bachelor's Degree in Physical Education headquarters Fusagasugá, Cundinamarca. The results of the study allowed to unveil all the important experiences that took place within a context on the basis of some actions, which gave meaning to the two years with the representative group of mountain biking.

The findings of the investigation, they point out that it was possible to build a reflection on experiences through interviews, where they generated awareness about their actions, feelings and emotions, to be part of the group of mountain biking. In this way, the members achieve a structuring of their processes, giving an organization to achieve an empowerment and leadership within other contexts, generating a sense of ownership of their knowledge.



MACROPROCESO DE APOYO

CODIGO: AAAr113

PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO

VERSION:1

DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA
DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL


PAGINA: 4 de 8

AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado un alianza, son:
Marque con una "x":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La conservación de los ejemplares necesarios en la Biblioteca.	x	
2. La consulta física o electrónica según corresponda.	x	
3. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	x	
4. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	x	
5. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	x	
6. La inclusión en el Repositorio Institucional.	x	

	MACROPROCESO DE APOYO	CODIGO: AAAr113
	PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 5 de 8

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.


Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada,

	MACROPROCESO DE APOYO	CODIGO: AAAR113
	PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 6 de 8

estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI** NO x.

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:


a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).

b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.

c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) El(Los) Autor(es), garantizo (amos) que el documento en cuestión, es producto de mi (nuestra) plena autoría, de mi (nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy (somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

	MACROPROCESO DE APOYO	CODIGO: AAAr113
	PROCESO GESTION APOYO ACADEMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 7 de 8

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional, cuyo texto completo se puede consultar en biblioteca.unicundi.edu.co

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons : Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.




Nota:

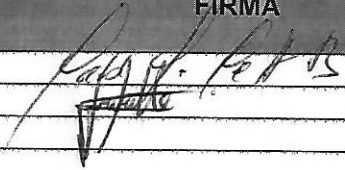
Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.

La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. Título Trabajo de Grado o Documento.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
1.el ciclomontañismo una experiencia significativa Universitaria, en la Universidad de Cundinamarca	pdf
2.	
3.	
4.	

	MACROPROCESO DE APOYO	CODIGO: AAAr113
	PROCESO GESTION APOYO ACADÉMICO	VERSION:1
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	PAGINA: 8 de 8

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA
Peralta Beltran Pablo Yamir	
Herrera Ortiz Jeisson Jernando	

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

EL CICLOMONTAÑISMO UNA EXPERIENCIA SIGNIFICATIVA UNIVERSITARIA, EN LA UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

The mountainbike a significant university experience, in the University of Cundinamarca

Jeisson Fernando Herrera Ortiz¹

Semillero de Investigación “Experiencias pedagógicas de la Educación Física”

Asesor: Pablo Yamir Peralta Beltrán²

RESUMEN

El presente artículo presenta los resultados de la investigación “El ciclomontañismo, una experiencia significativa universitaria, en la universidad de Cundinamarca” desarrollado con estudiantes de cuarto, quinto, sexto y séptimo semestre de la Licenciatura en Educación Física sede Fusagasugá- Cundinamarca.

Los resultados del estudio permitieron develar todas las experiencias importantes que se construyeron, dentro de un contexto a partir de las acciones realizadas y vividas en la práctica de un deporte, identificando las emociones, significados y vivencias en los dos últimos años (2016 – 2017) en el grupo representativo de ciclomontañismo.

Las conclusiones de la investigación, explicitan que se pudo construir una reflexión sobre las experiencias vividas por medio de las entrevistas, donde se reconocen las construcciones personales sobre sus acciones, sentimientos y emociones al ser parte del grupo de ciclomontañismo. De esta manera, los integrantes logran una estructuración de sus procesos, dándole una organización para lograr un empoderamiento y liderazgo dentro de otros contextos, generando un sentido de pertenencia de sus aprendizajes.

¹Estudiante de décimo semestre, Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte. Universidad de Cundinamarca. Correo electrónico: je.14@hotmail.com

²Magister en Pedagogía. Universidad de la Sabana. Licenciado en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deporte. Universidad de Cundinamarca. Docente adscrito a la Facultad de Ciencias del deporte y la Educación Física de la misma institución. Líder semillero de investigación Experiencias Pedagógicas de la Educación Física. Correo electrónico: licpabloperalta@hotmail.com

Palabras clave: experiencias significativas, ciclomontañismo, reflexión, experiencias vividas, contextos, sentimientos, emociones.

ABSTRACT

This article presents the results of the research "Ciclomontañismo, a significant university experience, in the University of Cundinamarca", developed with students of fourth, fifth, sixth and seventh semester of the Degree in Physical Education Fusagasugá-Cundinamarca.

The results of the study allowed to unveil all the important experiences that were built, within a context based on the actions taken and lived in the practice of a sport, identifying emotions, meanings and experiences in the last two years (2016 - 2017) In the representative group of ciclomontañismo.

The conclusions of the research explain that it was possible to construct a reflection on the experiences lived through the interviews, where the personal constructions about their actions, feelings and emotions are recognized by being part of the group of ciclomontañismo.

In this way, the members achieve a structuring of their processes, giving an organization to achieve an empowerment and leadership within other contexts, generating a sense of ownership of their learning.

Keywords: Significant experiences, montanbike, reflection, life experiences, Contexts, feelings, emotions.

INTRODUCCIÓN

Esta experiencia comprende en primera medida una reflexión personal, construida sobre acontecimientos significativos y experiencias compartidas en cada uno de los momentos y situaciones vividas del grupo representativo de ciclomontañismo de la Universidad de Cundinamarca en los dos últimos años (2015 – 2016) con lo cual se propone, poner en evidencia el crecimiento de este proceso formativo alrededor de la práctica del deporte de montaña y el surgimiento de una práctica deportiva no convencional en el medio universitario.

Siendo así el interés de la presente investigación poder ver a través del tiempo los procesos de formación personal, deportiva, social y de vida que se han construido de manera significativa por parte de los integrantes del grupo representativo de Ciclomontañismo.

Esta preocupación por reconocer y significar lo vivido surgió a partir de una autorreflexión que se hizo al revisar los registros digitales (fotografías – videos), anécdotas y eventos en los cuales se ha venido participando, y observando cómo se estaban dando cambios positivos al interior de la formación personal de cada uno de los integrantes.

De esta manera se determinó iniciar un proceso de sistematización de la experiencia (Jara, 2012).

Por tal motivo surge la inquietud de indagar por los cambios, los sentimientos, experiencias y significados que el ciclomontañismo ha hecho en los estudiantes que se han integrado de forma continua en la práctica de este deporte y que vienen participando en cada uno de los eventos que se desarrollan en la naturaleza de este

deporte.

Se considera importante que el aporte de la investigación gira en torno al reconocimiento de la voz de los participantes en pro de registrar de forma consciente cuales son los aportes que el deporte desarrolla en la formación personal de cada uno de los integrantes y a la vez como estos espacios de formación deportiva conducen a la construcción de experiencias de vida que pasan inadvertidas y que permiten percibir la realidad tal cual como se concibe.

POSTURAS DE LA INVESTIGACIÓN

¿Qué es la sistematización de experiencias?

Como menciona Jara (2012): la sistematización es una reconstrucción y reflexión analítica sobre una experiencia, sus actores, las acciones que se realizaron y los contextos en que se dieron. Mediante diferentes mecanismos se interpreta lo sucedido para comprenderlo e identificar aprendizajes. Ello permite obtener conocimientos consistentes y sustentados que pueden ser confrontados con otras experiencias similares y con el conocimiento teórico existente.

De esta manera la sistematización de experiencias nos ayuda a adentrarnos en la persona y poder conocer sus transformaciones durante estos dos años, por lo cual se trata de recolectar toda la información posible desde allí y poder reflexionar sobre lo construido en su experiencia. Por esta razón la investigación aclara su punto de partida. Debe despertar ese interés por los estudiantes de poder socializar sus experiencias y que permita poder extraer todo lo bueno y significativo de su proceso.

Experiencia vivida

Según Kant (citado por Amengual, 2007), la experiencia indica la referencia del conocimiento, a partir de la cual tiene que elaborarse, a la que ha de adecuarse, responder y corresponder, de la que tiene que dar razón o incluso la que ha de ser su contenido. (p.7). De esta manera La experiencia vivida es la que lleva a preguntarse y reflexionar sobre lo vivido, lo aprendido, lo sentido, los contextos. Pero detrás de todo esto existe una motivación intrínseca que permite que se de en una relación recíproca (Melchor, 2014; Polanco Hernandez, 2005), que permite que los integrantes del equipo realicen estas actividades para su gran variedad de beneficios físicos y psicosociales que independientemente la mayoría de los deportistas son de la licenciatura en educación física y de esta manera ya abarca un gusto por querer aprender conocimientos nuevos sobre las prácticas deportivas.

Por lo tanto todas las experiencias son compartidas entre el investigador y los participantes, ya que se recogen las dos miradas y se reflexionan sobre ella.

¿Para qué se reflexiona?

Se debe realizar un ejercicio que permita darnos cuenta de los acontecimientos que son transformadores y que no se puede vivenciar directamente, de esta manera al poder intercambiar experiencias se podrá observar que la otra persona ha tenido cambios similares a los nuestros y es allí donde se concientiza permitiendo tener otra perspectiva sobre el ciclomontañismo.

Teniendo en cuenta lo anterior reflexionar nos ayuda a tener más claridad sobre nuestros objetivos pero conscientemente, sabiendo para qué y

cómo se debe hacer el proceso, los beneficios y sus resultados y así orientarlas hacia el futuro con una perspectiva transformadora (Jara, 2013).

De allí se organiza o reconstruye la experiencia y da cuenta de lo vivido, esto con base a los registros fotográficos y los relatos al entrevistar a los integrantes del grupo de ciclomontañismo.

¿Qué es el ciclomontañismo?

El ciclismo es un deporte en el que se utiliza una bicicleta para recorrer circuitos al aire libre y se caracteriza por que las bicicletas suelen llevar suspensión delantera solamente, aunque también se empiezan a utilizar suspensiones traseras. Esta prueba consiste en dar un número determinado de vueltas a un circuito, cuya longitud suele estar comprendida entre los 8 y los 11 kilómetros o también se corre por 2, 3, 4 y hasta 7 días con una cantidad diferente de kilómetros. (F.C.C, 2015).

Para el proceso de investigación el ciclomontañismo ha sido la alternativa por la cual se han desarrollado procesos de formación, mirándolo de esta manera el ciclismo es un deporte donde se puede describir y aprender cada día de las experiencias recogidas en escenarios diferentes.

CATEGORIAS DE LA INVESTIGACIÓN

Para el abordaje de las categorías de la investigación, se hizo necesario definir cada elemento sobre el cual se revisarían las experiencias y vivencias; de esta manera lograr tener una mirada sobre lo que se estaba interpretando.

Contextos

El contexto es el conocimiento del mundo

necesario para comprender los mensajes de nuestros interlocutores. Todo enunciado se sitúa siempre en un contexto determinado; no es posible decir algo fuera de él (lopez, diccionarilinguística, 2013).

Aprendizajes significativos

Ausubel (1983): plantea que el aprendizaje significativo depende de una estructura cognitiva previa que relaciona el nuevo conocimiento adquirido y lo trata de organizar para darle una orientación a toda la información, de esta manera se logra la caracterización del conocimiento adquirido.

Sentimientos

“Sin sensaciones no hay sentimientos, y sin sentimientos no hay ser humano” (J.R. Lucks).

Según Popp (citado por Fernández, 2010) se puede hablar de que los sentimientos son estados de ánimo, estos estados no son intervenidos por la conciencia, lo que significa que estos surgen inesperadamente sin que se quiera que así suceda.

A la vez Agnes Heller (citado por Fernández, 2010) expresa que sentir significa estar implicado en algo, ese algo puede ser cualquier cosa: otro ser humano, un concepto, yo mismo, un proceso, una situación u otro sentimiento. (Lalo, catarina.udlap.mx, 1923).

METODOLOGÍA

En la presente investigación se requiere develar las experiencias construidas durante los dos años con el grupo representativo de ciclomontañismo de

la Universidad de Cundinamarca, donde se maneja un enfoque cualitativo que permita darle una comprensión de la experiencia de la persona, es por ello que por medio del paradigma histórico hermenéutico posibilita revisar la experiencia en dos perspectivas, desde lo histórico basado en las experiencias vividas de forma práctica teniendo en cuenta los escenarios que se desarrollaron, construyeron y participaron. En lo hermenéutico se interpretó estos sucesos para comprender los significados recogidos durante el trascurso de los dos años como lo menciona J. L. Álvarez & Jurgenson (2003), “se define como la teoría y la práctica de la interpretación, y tiene un largo desarrollo histórico”, el cual permite en el campo de la investigación comprender los motivos internos (Melchor, 2014; Polanco Hernández, 2005) de la acción humana, mediante procesos libres, no estructurados si no sistematizados sus implicaciones más significativas pero, como fundamentos epistemológicos necesarios en la generación y construcción de una teoría en la realidad del proyecto, tratando de llegar a interpretar el contexto del ciclomontañismo ya que este paradigma se encuentra en constante cambio donde se asume y se cree que sirve como base o filtro para nuestra percepción e interpretación de la realidad investigación a través de una serie de recolección de datos. Busca encontrar el por qué y el cómo de la pregunta problema lo cual hace comprender la importancia de este deporte en el desarrollo humano.

Fases e instrumentos de recolección de información y proceso

Para develar las experiencias significativas de los integrantes del grupo de ciclomontañismo fue necesario utilizar varias técnicas de recolección de la información tales como entrevista semiestructurada (Troncoso & Daniele, 2004) y el registro audiovisual (Baer & Schnettler, 2009) aplicar las orientaciones enunciadas por Álvarez & Jurgenson (2003) que permitieron estructurar la interpretación de los datos recolectados.

Orientaciones según (Álvarez & Juegenson, 2003, p.187):

1. La primera fase de obtención de la información, consistió en contar con una secuencia ordenada de preguntas, que permitiera que las personas fueran expresando sus significados y experiencias del proceso.
2. El segundo paso equivalió a la captura, la organización y el manejo de la información. En cuanto a la captura, se aplicaron grabaciones y posteriormente se realizó una rejilla de registro de información para organizar los datos recolectados.
3. La tercera fase conlleva a la codificación de la información, sobre la cual se categorizó a partir de la asignación de códigos y finalmente la agrupación de la misma.

- **Códigos abiertos:**

Son el primer acercamiento al texto, cuando señalamos porciones de texto o palabras que nos llaman la atención. Es, como dicen los autores, el primer acercamiento a uno de los códigos, las cuales incluyen comentarios a la categoría y a algunas propiedades y dimensiones. Tales notas pueden aparentar dispersión e inconexión en un principio. Las notas pueden ser teóricas, es decir, referidas a elementos teóricos del código, u operacionales, que le recuerdan cualquier cosa al investigador.

Después de haber realizado el código abierto se dio paso a codificación axial que permitiera darle profundización a la sistematización de las repuestas recogidas.

- **Codificación axial:**

Se va dando cuando diferentes categorías y subcategorías o familias de códigos se relacionan entre sí, buscando encontrar una explicación. En este proceso de codificación se usan memorandos, reflexiones que hablan de las categorías y sus relaciones, propiedades y dimensiones.

De esta manera la interpretación de las respuestas de las entrevistas nos permitió conducir a una mejor comprensión del fenómeno y llegar a la identificación de las experiencias por parte de los participantes.

Población

Ubicación de la población:

Universidad de Cundinamarca sede Fusagasugá.

Son 12 Estudiantes de la Universidad de Cundinamarca del cual solo se les hizo la entrevista a 5 personas que son los que llevan el proceso desde sus inicios.

Son estudiantes de cuarto, quinto, sexto y séptimo semestre con edades que oscilan entre los 18 a 25 años; en la experiencia de los integrantes se cuenta con algunos estudiantes que llevan una extensa experiencia dentro del ciclismo en general a nivel competitivo y quienes son totalmente principiantes; esta distinción de experiencia no generó distinción para interpretar los datos recolectados.

RESULTADOS

Se interpreta la sistematización de experiencias con base a las categorías que permitieron darle una orientación a las preguntas realizadas en la entrevistas, de esta manera se logró entender las experiencias significativas que tuvieron durante los 2 años con el grupo representativo, de las cuales se lograron reflexionar.

De esta manera se mostrará a continuación la interpretación que nos permitió develar las experiencias significativas de los integrantes del grupo representativo de ciclomontañismo.

Con base a las preguntas de la entrevista que se le realizaron a los integrantes del grupo, se pudo interpretar que a partir de la experiencia construida durante los dos años dio como aportes: *la responsabilidad, la disciplina, la puntualidad y el respeto por los compañeros*, como lo mencionan los siguientes integrantes C.O.1 “*La*

responsabilidad hace que las exigencias del grupo crezcan y el conocer gente nos permite experimentar nuevas cosas.”, C.Y.5 “disciplina que ayuda no solamente en el ámbito del ciclismo sino que también en el diario vivir de tal manera que ayude a los objetivos personales que tiene cada uno”, Es de allí donde podemos partir para lograr sistematizar la experiencia e identificar todas aquellas cosas que lograron aportar a su crecimiento como persona.

Contextos

Los contextos son aquellos lugares en específico donde se generaron dichas experiencias, las cuales permiten la formación personal, también se relacionan aquellos escenarios que marcan a la persona o que ayudan al fortalecimiento del grupo en específico.

Uno de estos contextos hace referencia a la *valida de ciclomontañismo*, evento que ayudó a generar unos conocimientos que nutren a la persona, no solamente profesionalmente, sino también en el fortalecimiento de su personalidad, es así que se genera una responsabilidad que permite ser cada día mejor con sus cosas personales como con las de los demás. Como lo menciona el integrante C.D.3 “*responsabilidades que le permite mejorar como profesional,”*

Al reflexionar sobre las experiencias vividas dentro del grupo representativo se logra una enseñanza positiva o negativa dándole una mirada a todo lo que realizamos diariamente, al poder reconocer todo aquello que nos beneficia y ser conscientes de lo que realizamos, logra una formación personal que es aquella que nos identifica como seres listos a grandes cambios positivos en nuestras vidas,

pero no se puede llegar hasta allí sin una disciplina y un compromiso que le permita establecer unas metas. Con esto hablo de las *carreras o copas universitarias* donde cada integrante se prepara para lograr buenos resultados. De esta manera se puede decir que todo aquello que nos motiva a seguir adelante son las cosas que ayudan a superarse como persona y así mismo la de todo el grupo formando un compañerismo.

Aprendizajes significativos

Una de las experiencias significativas es *la organización del evento de duatlón* como lo expresa el entrevistado C.O.1 “*fue la organización del evento de duatlón el cual me ayudó mucho a tener conocimientos sobre el mismo de tal manera que me ayudo a mi formación personal y profesional.*”, lo cual permitió tener una variedad de conocimientos que permite que la persona tenga más seguridad ante cualquier otra situación similar, de esta manera se logra aprender a tomar decisiones, la creación de una pista que debe tener unas medidas y unas indicaciones que sean acordes a la competencia, por otro lado saber administrar los recursos que brinda Bienestar Universitario, esto permite lograr tener empoderamiento de su conocimiento. Así mismo como *la copa universitaria* la cual para muchos de ellos era la primera vez que participaban en un evento deportivo y que les dejó muchas experiencias y aprendizajes que nunca olvidaran, como sentir esa adrenalina al dar la partida, también el compartir con un grupo en un contexto diferente a su rutina, de igual manera la *carrera que se corrió en Anapoima* donde son muchos aprendizajes que no solo sirven para el mundo deportivo, si no para la formación y esto es bastante importante porque la

persona ya empiezan a reflexionar sobre sus acciones. De esta manera todo aquello que se menciona logra transformar a las personas dejándole un compañerismo lo que permite ayudar al otro, siempre apoyarlo en lo que se pueda y ser servicial ante todo, también se vuelve a resaltar la disciplina que es ella la que logra todas las transformaciones de una persona. Teniendo en cuenta lo anterior, una persona que logra unir todas aquellas para su beneficio personal es alguien con espíritu de líder.

Sentimientos y emociones

Al ser parte del grupo representativo de ciclismo genera esa *alegría* de saber que es integrante de algo que le apasiona, de igual manera ese *orgullo* como lo dice C.O.1 “*Se siente un orgullo una felicidad*” de saber que va mejorando en todo sentido, que siente grandes cambios en su vida, también esa satisfacción de saber que está haciendo las correctamente para ayudar a sus compañeros. Ese sentido de *pertenencia* como lo dice C.D.3 “*se genera un sentido de pertenencia*” que ayuda a tener seguridad ante las cosas y ante cualquier inconveniente que se le presente, de esta manera generar una curiosidad por saber que pueden lograr hacer con el trabajo en equipo y el compañerismo que los define.

Al realizar todos los eventos como lo fue *válidas y chequeos* permite develar lo que sienten los integrantes al ser partícipes de ello, se ve expresado el *orgullo* por ser capaces de lograr sacar un evento adelante, como también nostalgia de ver reflejado todo el esfuerzo y sacrificio para que todo salga perfectamente y ser dignos de poder realizar eventos más grandes con seguridad y de querer que todo salga bien y no hayan dificultades durante su desarrollo.

De esta manera el montarse en una bici

genera orgullo de saber que va cumpliendo sus metas, libertad de saber que puede ir a donde quiera y que lo único que lo puede detener es uno mismo como lo dice C.C.4 *“siento libertad un complemento bastante importante en mi vida,”* es así que a unir todas estas hermosas palabras se contempla un desahogo que le ayuda a liberar cargas que tiene de su vida personal, en palabras coloquiales; se desquita con la bicicleta en el buen sentido de la palabra porque esto significa entrenar duro y superarse cada día más.

Y nada podría demostrarlo mejor que construir una pista de ciclomontañismo con medidas, altimetría y lograr colocar los obstáculos en sitios adecuados que generen un gran espectáculo como al competir, se logró construir una pista de gran nivel que permitió ser sede de una de las validas de ciclomontañismo universitarias, donde llegaron deportistas de las diferentes universidades de Bogotá. Y al ver que todo salió como se tenía planeado los integrantes del grupo expresaron orgullo, nostalgia y empoderamiento ante lo que son capaces de realizar cuando se trabaja en equipo.

Los integrantes esperan que el grupo pueda tener sus propios implementos, es decir, que puedan tener bicicletas más cómodas al igual que el uniforme, que puedan ser identificados por su calidad humana y compañerismo, que el grupo pueda seguir siendo una familia como hasta ahora, siendo aquello como se definen. Otra expectativa que enuncian es poder representar a la Universidad de Cundinamarca a nivel nacional e internacional, es así que se puede develar todas las experiencias y aprendizajes que permiten tener un empoderamiento que los hace ver al grupo representado a Colombia como lo dice C.D.3 *“yo me veo con el grupo de la U*

representado a Colombia.”. Siendo así como le menciona el integrante C.C.5 *“Veo al grupo de ciclomontañismo en un futuro como una de las Universidades más fuertes en Colombia”*. Da orgullo poder observar con que calidad humana está formado cada integrante del grupo que permiten soñar y proponerse nuevas metas. Ellos creen en lo que son capaces de hacer gracias a toda la experiencia ganada durante estos dos años y que cada persona que llegue nueva hará grandes cambios para que esto suceda.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Es importante resaltar todos los acontecimientos vividos y experimentados durante los últimos dos años al interior del grupo de ciclomontañismo de la Universidad de Cundinamarca donde se destacan esos aprendizajes significativos y autorreflexiones que permiten develar los cambios y transformaciones para la vida en cada uno de los integrantes.

Teniendo en cuenta lo anterior se puede ver reflejada la importancia de crear unas categorías que nos permite darle una orientación a nuestras entrevistas para lograr recoger los verdaderos momentos que los transformaron. Es así que una sistematización de experiencias que permite revelar los escenarios o contextos formativos donde se sintieron identificados, las emociones y sentimientos experimentadas durante el proceso, los aprendizajes significativos obtenidos con la práctica del ciclismo de montaña y finalmente como se proyectan en un futuro.

Es así que se empieza a dar a una relación coherente de las categorías como se ve reflejado anteriormente, por lo tanto se puede ver que a través de unas acciones realizadas donde se ve reflejado los comportamientos de cada persona durante su participación con el grupo y es

allí donde se desprende los contextos que permiten resaltar esas acciones que hacen ver estas transformaciones, permitiendo así que dentro de esos escenarios específicos que mencionan en las entrevistas se dan los aprendizajes significativos dejando un sentido de pertenencia y empoderamiento sobre sus conocimientos adquiridos y que ante cualquier situación de su vida pueda expresarlos o utilizarlos para poder desenvolverse en una situación que dependa de sí mismos.

De esta manera los sentimientos y emociones develan el otro lados de ellos porque no se puede desprender las acciones de su sentir, pudiendo observar lo que los contextos genera en ellos y cuáles son sus resultados emocionales frente a las acciones y experiencias vividas dentro de estos dos años de pertenencia con el grupo de ciclomontañismo. Es importante conocer ese amor que siente por representar a la universidad y de poder compartir dentro de ella, esto genera una variedad de sentimientos encontrados donde ellos reflexionan sobre lo vivido y se da cuenta que el ciclomontañismo fue lo mejor que les pudo haber pasado.

Sin embargo la categoría siguiente que se llama expectativas nos permite observar como ellos ven al grupo en futuro, si lo ven igual o no, de esta manera ellos empiezan a hacer una reflexión de todo lo vivido y dan una respuesta frente a lo que ellos ha experimentado. Es así que al ver toda las respuestas de cada uno de ellos se puede deducir que vamos por un buen camino donde van a lograr cosas positivas para el grupo.

Teniendo en cuenta lo anterior, las categorías acciones realizadas, contextos, aprendizajes significativos,

emociones y expectativa sintetizan la experiencia vivida durante estos dos últimos años (2015-2016) en el grupo de ciclomontañismo, proceso de formación que actualmente continua aportando a la formación personal y profesional de cada uno de los integrantes. Finalmente nos permite reconocer y hacer consciente la trayectoria histórica y de vida que se ha construido en la Universidad de Cundinamarca.

CONCLUSIONES

En primera medida se logra reconocer que la sistematización de experiencias fue viable para revisar los procesos que se llevan al interior de la práctica del ciclomontañismo de la Universidad de Cundinamarca, permitiendo identificar por parte de los integrantes la participación deportiva, la organización, el empoderamiento y liderazgo y administración de eventos, a nivel institucional y local.

Se pudo construir una reflexión sobre las experiencias vividas por medio de las entrevistas, donde ellos mostraron conciencia sobre sus acciones, sentimientos y emociones al ser parte del grupo de ciclomontañismo. Por otra parte se pudo identificar los contextos que lograron favorecer la formación personal y cómo éstos empiezan a transformar personas para lograr cambios dentro de la sociedad.

Por otra parte se pudo develar aquellas experiencias significativas que fueron parte esencial dentro del proceso de la práctica de ciclomontañismo donde los integrantes logran una estructuración de sus procesos, dándole una organización para lograr un empoderamiento y liderazgo dentro de otros contextos generando un sentido de pertenencia de

sus conocimientos, comprendiendo finalmente que el ciclismo es una práctica formativa integral, que favorece el desarrollo de la acción social en beneficio de un bien común.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ausubel, P. D. (1983). TEORIA DEL APRENDIZAJE. *Aprendizaje Significativo*, 1, 1–10.

Amengual, G. (2007). El concepto de experiencia: de Kant a Hegel. *Tópicos*, (15), 1-20. Recuperado de: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1666-485X2007000100001&script=sci_arttext&tlng=pt.

Álvarez, J. L., & Jurgenson, G. (2003). Cómo hacer investigación cualitativa, Fundamentos y Metodología. Como hacer investigación cualitativa, 187-192. Retroceded from <http://www.derechoshumanos.unlp.edu.ar/assets/files/documentos/como-hacer-investigacion-cualitativa.pdf>

Baer, A., & Schnettler, B. (2009). Hacia una metodología cualitativa audiovisual. EL video como instrumento de investigación social. *Aldo, Investigación Cualitativa En Ciencias Sociales. ...*, 1–38. Retrieved from

F.C.C. (2015). *federacion colombiana de ciclismo*. Obtenido de <http://www.coc.org.co/national-federations/federacion-colombiana-de-ciclismo/>

Jara, O. (2012)., (February), 2-6. *La Sistematización de experiencias: Enfoque conceptual y metodológico*

Jara, O. (2013). Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias. *San José (Costa Rica): Alforja Centro de Estudios y Publicaciones*. Recuperado de; [http://www.bibliotecavirtual.info/wp-](http://www.bibliotecavirtual.info/wp-content/uploads/2013/08/Orientaciones_teorico-practicas_para_sistematizar_experiencias.pdf)

[content/uploads/2013/08/Orientaciones_teorico-practicas_para_sistematizar_experiencias.pdf](http://www.bibliotecavirtual.info/wp-content/uploads/2013/08/Orientaciones_teorico-practicas_para_sistematizar_experiencias.pdf)

Lalo, C. (1925). Los sentimientos estéticos. Daniel Jorro. http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lda/fernandez_f_a/capitulo1.pdf

Morales, L. (2013). Contexto, 1-20. Obtenido de: <http://www.ub.edu/diccionarilinguistica/print/5450>

Mejía, M. (2008). *Sistematización de Experiencias*, 1, 96.

Melchor, G. (2014). Relaciones entre el clima motivacional, las experiencias en educación física y la motivación intrínseca de los alumnos. *Retos*, 26(26), 9–14. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3457/345732292002.pdf>

Polanco Hernández, A. (2005). La motivación en los estudiantes universitarios. *Actualidades Investigativas de Educación*, 5, 1–13. Retrieved from <http://132.248.9.34/hevila/Actualidadesinvestigativaseneducacion/2005/vol5/no2/18.pdf>

Troncoso, C. E., & Daniele, E. G. (2004). Las entrevistas semiestructuradas como instrumentos de recolección de datos: una aplicación en el campo de las ciencias naturales. *Programa de Investigación EAF*.

