

## CAPÍTULO XIII. OCIO DEPORTIVO E INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA EN LA JUVENTUD

JULIO ALFONSO NOVOA-LÓPEZ<sup>1</sup>, ÁNGEL DE-JUANAS OLIVA<sup>2</sup>,  
HASSAN HOSSEIN MOHAND<sup>3</sup> E IGNACIO DÍAZ-MOYA<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escuela Internacional de Doctorado de la Universidad Nacional de Educación a Distancia,  
<sup>2</sup>Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Educación a Distancia, <sup>3</sup>Universidad de  
Granada

DOI: 10.14679/3069

El ocio deportivo se ha convertido en una herramienta eficaz para la intervención socioeducativa dirigida a la juventud. Mediante la combinación del deporte y la adecuada gestión del tiempo libre se pueden desarrollar diferentes estrategias y técnicas participativas que promuevan el desarrollo integral de las personas jóvenes, fomentando su bienestar emocional y social. En este capítulo se analizan los beneficios del ocio deportivo para la juventud, así como la función socializadora del deporte en la juventud en situación de riesgo social. Finalmente, se muestran algunas recomendaciones y estrategias que pueden llevarse a la práctica para la gestión y el diseño de actividades de ocio deportivo.

### 1. EL OCIO DEPORTIVO Y SUS BENEFICIOS PARA LA JUVENTUD

En los últimos años, la participación regular en actividades físicas en la juventud ha suscitado un gran interés en relación con el papel que ocupan dentro del estilo de vida de las personas jóvenes (King y Church, 2019), evidenciándose puntos de unión con el ocio en el marco de la sociedad.

De un modo sencillo, el ocio puede ser entendido como el contenido que las personas dan a su tiempo libre (Merino, 2007) y, en consecuencia, es la utilización de un tiempo a disposición de la persona, una experiencia individual que, durante la juventud, permite promocionar a las personas en su transitar a la vida adulta (Lazcano y De-Juanas, 2020) siempre y cuando se utilice con un sentido. El sentido que se otorga al ocio lo convierte en una actividad que puede ser beneficiosa o no para una persona. Al respecto, Cuenca (2014) hace alusión al concepto de *ocio valioso* en el que se afirma como

“(…) un ocio con valores positivos para las personas y las comunidades, un ocio basado en el reconocimiento de la importancia de las experiencias satisfactorias y su potencial de desarrollo social”, reconociendo cinco dimensiones del ocio: lúdica (experiencias relacionadas con el juego, incluyendo las actividades físicas en sus diversas manifestaciones), festiva (espacios de encuentro y relación con otras personas), creativa (vivencias culturales relacionadas tanto como con el espectadorismo como con los hobbies), ambiental-ecológica (recreación al aire libre y turismo) y solidaria (enraizada en la ayuda desinteresada a otras personas, con independencia de la actividad realizada en sí misma). Además, una experiencia de ocio valioso “no será igual a otra, puesto que depende del grado de iniciación de quien la experimenta” (p. 26).

Al respecto, entre los beneficios del ocio valioso se encuentran:

- 1) el desarrollo de habilidades personales como la autonomía y la creatividad.
- 2) la generación y mantenimiento de relaciones interpersonales y buenas prácticas de socialización e inclusión social.
- 3) las conductas y comportamientos saludables que tienen influencia en la calidad de vida de las personas jóvenes.

Uno de los tipos de ocio que puede resultar más significativo y beneficioso para la juventud, en función de las experiencias vitales que aporte, puede ser el ocio deportivo, coincidiendo con su dimensión lúdica y aportando una clara influencia en el estilo de vida de quien lo practica (Lazcano y Caballo-Villar, 2016). En líneas generales, aquellas personas jóvenes que dedican su tiempo libre a la práctica deportiva con el propósito de disfrutar y mantener una buena salud e imagen corporal brindan la oportunidad de socializar y conectar con personas que tienen intereses comunes. En consecuencia, la práctica de ocio deportivo también es un recurso ideal para aprender y desarrollar habilidades sociales que permitan la inclusión y la adquisición de las competencias adecuadas para la gestión emocional (De-Juanas y García-Castilla, en prensa). Del mismo modo, el ocio deportivo contribuye al aprendizaje de valores que promueven la asunción de responsabilidades, la capacidad de toma de decisiones, el trabajo en equipo, la resolución de problemas, la tolerancia a la frustración y el desarrollo de la resiliencia (Fraguela et al, 2018; Rodríguez-Bravo et al., 2020), teniendo influencia beneficiosa sobre la salud mental de la juventud (Ferreira et al., 2020).

Más allá de estos beneficios, la práctica deportiva ofrece la oportunidad de adquirir hábitos saludables que mejoran la condición de aquellas personas que la realizan, a la par que reduce su riesgo de mortalidad y la aparición de diferentes enfermedades como son la diabetes de tipo II, la hipertensión, el cáncer de colon, el cáncer de mama y la depresión (OMS, 2010). Además, el ocio deportivo es determinante en el consumo de energía, por lo que contribuye a conseguir el equilibrio energético y el control del peso de las personas. Por ello, otros beneficios son: la mejora de la forma física (tanto de las funciones cardiorrespiratorias como de la fuerza muscular), reducción de la grasa corporal, perfil favorable de riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas,

mayor salud ósea, fortalecimiento del sistema inmune, menor presencia de síntomas de depresión, control del estrés negativo y disminución de la ansiedad, entre otras (Akandere y Tekin, 2005). Con todo, el ocio deportivo es un medio que orienta a la juventud hacia una vida saludable en contraposición de otras alternativas de ocio sedentario que afectan negativamente a la salud mental de las personas (Ma et al., 2022).

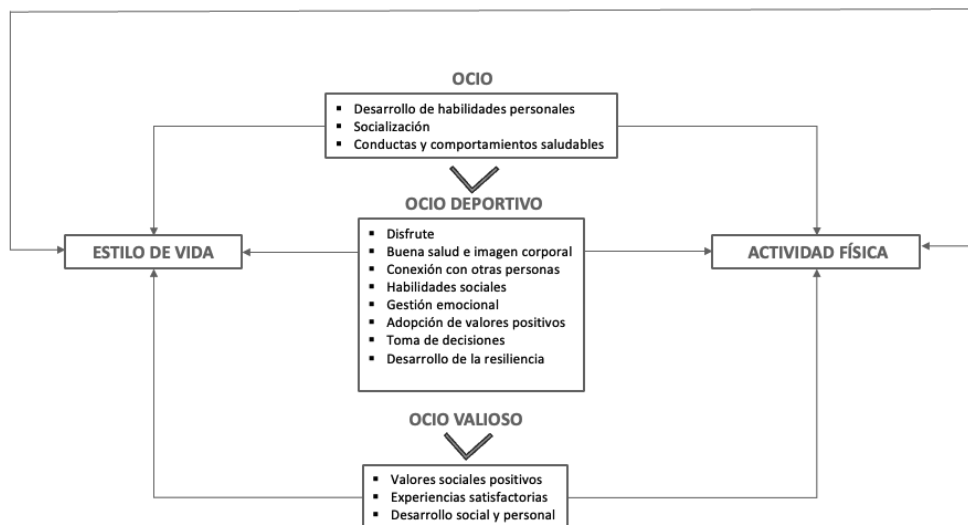
En otro orden, el ocio deportivo es una herramienta ideal para educar en valores y facilitar la inclusión social desde la promoción de la salud (Fraguela et al., 2018; Rodríguez et al., 2021), especialmente, durante el periodo de la adolescencia en la que se consolida la personalidad y se producen cambios físicos y madurativos de gran trascendencia para las personas. Así, el ocio deportivo se presenta como una actividad libre entre las personas, donde no hay obligación sino una motivación para realizarlo, siendo fundamental el disfrute y el placer que las personas pueden vivir con esta experiencia, mejorando su salud física y mental, fortaleciendo su autoestima y creando nuevos lazos de sociabilidad e incluso el crecimiento, la diversión y disfrute personal (Chalip y Hutchinson, 2016, Haudenhuyse et al., 2012 y 2013; Jiménez, 2012; Gallego, 2022).

A su vez, el deporte y la actividad física pueden ayudar a las personas jóvenes a fortalecer su autoestima, mejorar su salud, establecer relaciones positivas entre iguales, en definitiva, promover la inclusión social tal y como se recoge en diferentes estudios (Carranza et al., 2011; Fraguera et al., op.cit., López Noguero et al., 2016).

Además, la oportunidad de crecimiento personal no se contrapone a la interrelación con otras personas, por lo que contribuye a adquirir y mejorar las habilidades sociales que fomentan el trabajo en equipo y aumentan la posibilidad hacer amigos. Evidentemente, las actividades de ocio deportivo se oponen a otras alternativas de ocio muy extendidas en la juventud y que no fomentan las relaciones sociales ni la actividad física, como son aquellas actividades de ocio basadas en la pantalla y los entretenimientos electrónicos (Vacchiano y Bolano, 2020; Wei et al., 2021).

En definitiva, la práctica regular de ocio deportivo puede ser una propuesta de ocio valioso para la juventud y tener una influencia muy beneficiosa sobre su estilo de vida. Una influencia que puede generar adherencia a la práctica deportiva y devenir en la adquisición de valores, habilidades sociales y comportamientos saludables que acompañaran a las personas jóvenes durante toda su vida.

Figura 1. Relación entre Ocio, estilo de vida y actividad física.



Fuente: elaboración propia.

## 2. RIESGOS SOCIALES ASOCIADOS A LA JUVENTUD Y OCIO DEPORTIVO

Durante la juventud, las personas se enfrentan a una serie de dificultades como son los cambios físicos, emocionales y sociales que tienen un gran impacto en su desarrollo y bienestar (Cooper, 2020; Vella et al., 2021). A su vez, en esta etapa pueden concurrir una serie de riesgos sociales que, a su vez, contribuyen a la aparición de conductas desadaptadas o no convencionales que, en la mayoría de los casos, no trascienden hacia otros comportamientos más problemáticos siempre y cuando las personas tengan apoyos y recursos suficientes para transitar a la vida adulta con éxito (Santibáñez et al., 2020). No obstante, algunas conductas desadaptadas pueden convertirse en comportamientos de riesgo e incluso algunas personas pueden evolucionar hacia la práctica de comportamientos problemáticos que se instauren en el tiempo. Cuando esto ocurre, es resultado de la aparición de determinados factores de riesgo que afectan a las personas jóvenes en lo individual, así como en lo relacional y social. Los factores de riesgo se consideran “un atributo o una característica que puede ser de tipo individual, contextual o derivado de una condición situacional que favorece o aumenta la probabilidad de que una conducta de riesgo suceda” (Fonseca et al., 2020, p. 43). En contraposición a los factores de riesgo existen los factores de protección que contribuyen a disminuir la probabilidad de producción de las conductas de riesgo. Comprender la influencia de estos factores de riesgo y protección es esencial para desarrollar estrategias de prevención e intervención efectivas que promuevan el bienestar y el desarrollo saludable de las personas jóvenes en transición a la vida adulta.

Los factores de riesgo pueden clasificarse en tres grandes niveles (Ruiz-Narezo y González de Audikana, 2020), a saber: *las influencias macrosociales y contextuales; las influencias del entorno inmediato o microsocioal; y las características individuales.*

1. Las influencias macrosociales y contextuales son aquellas que comprenden todo lo que es propio de la sociedad en la que se desenvuelven las personas jóvenes. Estos elementos son los valores de la sociedad en general que movilizan comportamientos sobre la base del prestigio social y el éxito profesional y económico con el riesgo de dejar de lado otros valores sociales positivos como la justicia, la responsabilidad y el respeto. La adopción de valores sociales negativos puede generar malestar o deficiencia en las personas a partir de la necesidad de querer consumir opciones de ocio perjudiciales para la juventud (p.e. adicción al juego, a las tecnologías, redes sociales, etc.), satisfacer ideales estéticos (p.e. establecer cánones de belleza asociados a la delgadez extrema o rechazar a personas por su condición física) y/o favorecer comportamientos altamente competitivos, materialistas e insolidarios que se promulgan entre la publicidad, las redes sociales, películas, juegos en línea, entre otros. También, el hecho de vivir en barrios deprimidos o empobrecidos puede ser un factor de riesgo al manifestarse una baja participación social y bajo apoyo social percibido que contribuyen a la percepción de ser objeto de prejuicios (Valdenegro, 2005).
2. *Las influencias del entorno social inmediato o microsocioal.* Junto con la influencia de la cultura de la sociedad en general y el impulso de determinados valores sociales que no son positivos, uno de los principales factores de riesgo de carácter ambiental es la influencia del entorno inmediato constituido por la familia, el centro de estudio/trabajo, el grupo de iguales y la comunidad (barrio). En el caso de la familia, las dinámicas que surgen en su seno y la calidad de estas desempeñan un papel crucial en el desarrollo de las personas jóvenes (Orte et al., 2022; Orte et al., 2023). Con frecuencia, la familia puede ser fuente de satisfacción-insatisfacción en la juventud (Tarín y Navarro, 2011). La falta de apoyo emocional, la presencia de una comunicación deficiente, la presencia de conflictos familiares, la falta de supervisión, y la ausencia de normas y límites claros pueden aumentar la probabilidad de que las personas jóvenes se involucren en comportamientos de riesgo. A esto habría que sumar, la exposición a espacios físicos familiares, como la casa en la que vive una familia, que en ocasiones invitan a quedarse a las personas jóvenes, pero en otros casos, pueden ser espacios en los que es complicado mantener la intimidad y en la que la juventud no quiere estar.

Por otro lado, el entorno escolar en la juventud es un agente de socialización de primer orden. En el ámbito escolar se promueven determinadas habilidades sociales, competencias, conocimientos y valores que pueden contribuir al éxito en la transición a la vida adulta de una persona. Las dificultades relacionadas con el abandono o absentismo escolar, el pobre rendimiento académico, la insatisfacción escolar, el clima escolar, entre otros, se vinculan directamente

con la aparición de conductas problema como el consumo y adicción a sustancias psicoactivas, comportamientos antisociales bullying, etc. Además, una vez terminada la etapa escolar, el acceso al mercado laboral es una transición muy difícil e incierta dado que los requisitos para acceder a un empleo han aumentado. El desempleo juvenil, sin duda, también es un elemento a tener en cuenta ante la aparición de conductas de riesgo (Pérez Serrano, 2015; Rodríguez-Bravo, 2016).

De igual modo, las personas jóvenes se desenvuelven e identifican a un determinado grupo de iguales que también puede ser un factor de riesgo. En los grupos de amigos se dan vínculos en los que las personas pueden tender a llevar a cabo comportamientos positivos o de riesgo. Estos últimos pueden caracterizarse por la sensación gratificante de realizar algo prohibido (Herrero, 2003). De un modo especial, se da la experimentación con el consumo de drogas que puede llegar a desencadenar una adicción. También, en el seno de los grupos de iguales se pueden dar situaciones de acoso y violencia de género (Díaz-Aguado, Martínez y Martín, 2013). Igualmente, entre iguales pueden surgir conductas sexuales de riesgo en los que la presión social tiene un papel no deseado (Gutiérrez-Martínez et al., 2007). Finalmente, en el seno del grupo de iguales se pueden dar prácticas de juego y apuestas con dinero (Meisel y Goodie, 2014).

Por último, entre las influencias contextuales también encontramos el barrio o la calle, como un espacio de interacción en el que las personas jóvenes se socializan y en el que se transmiten valores, cultura y formas de comportarse. La juventud que vive en núcleos urbanos tales como los parques, bares y otros espacios de ocio que se encuentran dentro de barrios desfavorecidos se exponen al “trapicheo” de drogas, conductas violentas o delincuencia juvenil (Tarín y Navarro, 2011).

3. *Características individuales.* Se trata de factores de riesgo individuales que devienen de características inalterables de las personas jóvenes como pueden ser las físicas y biológicas, los estados de ánimo, malestar emocional, habilidades sociales no adquiridas y/o debidamente desarrolladas, bajo autoconcepto, baja autoestima, impulsividad y otras como la edad y el sexo que se encuentran asociadas a la aparición de conductas problema como el consumo de drogas, acoso escolar, juego con dinero y uso inadecuado de las TIC.

En oposición a estos factores de riesgo, encontramos los factores de protección que disminuyen la probabilidad de producción de las conductas de riesgo. Al respecto, el deporte, como alternativa de ocio saludable, puede funcionar como un factor de protección al mostrarse como una herramienta preventiva eficaz que fomenta la adquisición y desarrollo de comportamientos prosociales que, a su vez, permiten reducir la probabilidad de que las personas jóvenes se involucren en comportamientos de riesgo como el consumo de drogas, la violencia, el abuso de sustancias y otros peligros de su entorno (De-Juanas et al., 2023). Asimismo, diferentes investigaciones han puesto de

relieve que la práctica de ocio deportivo individual y colectivo es una de las actividades de ocio mejor valoradas por la juventud más vulnerable dado que contribuye a capacitar a las personas para el desarrollo de competencias para la vida (Fraguela et al., 2018; López Noguero et al., 2016; Lubans et al., 2012). El deporte brinda a la juventud una alternativa de ocio positivo para ocupar su tiempo libre, proporciona a las personas jóvenes un sentido de pertenencia y propósito, lo que les ayuda a mantenerse alejados de entornos negativos y de situaciones potencialmente peligrosas (Gómez et al., 2009). Asimismo, la práctica deportiva fomenta el establecimiento de metas a largo plazo y el desarrollo de habilidades de autorregulación, lo que puede ayudar a las personas jóvenes a tomar decisiones más informadas y responsables en su vida diaria (Buceta, 2022).

Evidentemente, para que el deporte ejerza de factor de protección es imprescindible aprovechar su máximo potencial preventivo contando con el apoyo y la colaboración de diversas instituciones y actores sociales. Las escuelas, los centros deportivos, las organizaciones comunitarias y las familias desempeñan un papel fundamental en la promoción y facilitación de la participación de la juventud en las actividades deportivas. Por todo ello, es importante garantizar el acceso equitativo a instalaciones deportivas, programas de entrenamiento adecuados y recursos necesarios para garantizar que las personas jóvenes tengan la oportunidad de participar en las actividades deportivas de una determinada localidad (Fraguela et al., 2018). Además, se deben promover políticas y programas que fomenten la inclusión y la diversidad en el ámbito deportivo, asegurando que todas las personas, independientemente de su género, origen étnico o condición socioeconómica, puedan disfrutar de los beneficios del ocio deportivo (García-Castilla et al., 2016; De-Juanas et al., 2018).

Con todo, el ocio deportivo se presenta como un factor de protección y una estrategia preventiva que puede ayudar a las personas jóvenes a enfrentarse a los desafíos de esta etapa vital de manera saludable y constructiva.

### 3. INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA BASADA EN EL OCIO DEPORTIVO EN LA JUVENTUD

La necesidad de tomar el deporte como una actividad de ocio referente para la prevención de los factores de riesgo, supone la asunción de establecer un conjunto de acciones planificadas y sistemáticas que promuevan el desarrollo personal y social de las personas jóvenes (Mondragón y Trigueros, 2015). Estas acciones deben reconocer la existencia de situaciones o problemáticas sociales que afectan al bienestar y al desarrollo de las personas, y que requieren de actuaciones específicas para generar cambios positivos. Las intervenciones abordan una amplia gama de áreas y problemáticas, como la promoción de la igualdad de género, la prevención de la violencia, la inclusión social de grupos vulnerables, la promoción de la salud o la educación en valores, entre otros (Melendro et al., 2014). Para su implementación, se deben tener en cuenta las características y necesidades de la población objetivo. Se sustentan sobre cuatro principios fundamentales:

1. *Participación*: Se promueve la participación activa de las personas y comunidades implicadas, reconociendo su experiencia y conocimiento como elementos fundamentales para el diseño y puesta en acción de las intervenciones.
2. *Enfoque integral*: Las estrategias de intervención socioeducativa consideran los aspectos personales, sociales, culturales y contextuales que influyen en el desarrollo de las personas, y buscan abordar de manera integral las problemáticas identificadas (Melendro et al., 2016).
3. *Empoderamiento*: Se busca fortalecer las capacidades y recursos de los adolescentes, para que sean protagonistas de su propio desarrollo y puedan tomar decisiones informadas, autónomas y coherentes.
4. *Trabajo en red*: Las estrategias de intervención socioeducativa suelen involucrar a diferentes actores y organizaciones, como: instituciones educativas, organizaciones comunitarias, servicios sociales y entidades privadas. No obstante, aunque el trabajo en red facilita la coordinación de esfuerzos y la complementariedad de recursos, se ha observado un aumento en la derivación de intervenciones por parte de las administraciones hacia empresas privadas.

En el caso del ocio deportivo, existen diferentes posibilidades de intervención que pueden implementarse de acuerdo con sus posibilidades de aplicación:

1. *Intervención individual*. Serían aquellas que actúan directamente sobre un individuo, operan sobre todas sus dimensiones personales y, por lo tanto, requieren enlazarse con los centros de interés del adolescente. Si bien, pueden orientarse hacia la integración de las personas jóvenes en deportes de equipo o actividades grupales, la intervención parece más indicada hacia disciplinas deportivas individuales, puesto que en ellas pueden planificarse mejor los objetivos y se pueden evitar interferencias que no son controlables. En este tipo de intervenciones el crecimiento personal debe ir de la mano del crecimiento en el propio deporte, aunque este último nunca será el objetivo principal. No obstante, en entornos controlados la integración de un joven en deportes colectivos dentro de un contexto estable, con límites bien marcados y una buena estructura organizativa puede ser recomendable (Carranza et al., 2011). Como principales referentes de ocio deportivo para esta estrategia de intervención se destacan:
  - Los deportes urbanos como el parkour, la calistenia, el skate o el tricking entre muchos otros. La principal ventaja que poseen es que no son etiquetados como “deportes-receta” (Puig et al., 2006), esto se debe a que presentan códigos de honor bien referenciados y con dinámicas sociales muy inclusivas.
  - Las actividades de ocio individuales, tales como el running, la musculación o el ciclismo son otra propuesta deportiva de alto interés; en ellas la competición y la superación se dirigen sobre uno mismo y no sobre un adversario.



2. *Intervención con el grupo de adolescentes.* Se refiere a aquella que actúa sobre un colectivo que comparte alguna característica propia y definitoria (Gutiérrez, 2015). En este tipo de intervenciones se requiere una planificación total de todo el recorrido de la intervención, definiéndose muy bien cada uno de los pasos que se irán ejecutando. Cuando se opta por esta estrategia se propone la participación de todo el grupo de jóvenes en una misma dinámica grupal. Como referentes de ocio deportivo donde se enmarcan estas estrategias se destacan:
  - Los deportes tradicionales de cooperación-oposición, especialmente los deportes colectivos más populares como el fútbol y el baloncesto, y también los deportes con ausencia de contacto directo con el oponente, como el voleibol, el balón prisionero o el beisbol.
  - Sin embargo, son los deportes alternativos como el Kubb, Kinball, Tchoukball, Cestomovil, Balonkorf, etc., los que suponen un marco excepcional para la convivencia. Entre sus ventajas destacan reglamentos sencillos, pocos requerimientos técnicos para su puesta en acción, la posibilidad de participar de forma mixta, la novedad y el efecto sorpresa que ejercen sobre los jóvenes (Suero et al., 2016).
3. *Intervenciones mixtas.* Esta propuesta pretende integrar ambas opciones, fortaleciendo elementos singulares de los dos tipos de intervención individual-grupal. Para ello, se promueve una intervención sociocultural en el ámbito deportivo integral y, por lo tanto, debe atender individual y grupalmente a los jóvenes. Esta intervención debe fomentar la transición a la vida adulta y dotar de competencias a los adolescentes para que se conviertan en ciudadanos autónomos capaces de formar parte de una sociedad democrática, plural y justa (Melendro y De-Juanas, 2022). De las tres estrategias de intervención, resulta la más compleja, pero también la más completa. Requiere de un mayor número de agentes sociales y también de una mayor coordinación entre las redes de trabajo. Este modelo de intervención tiende a utilizar estrategias dialógicas. Las estrategias dialógicas se constituyen como una herramienta muy útil en la que se produce una comunicación horizontal entre adolescente y acompañante. Con ella se logra ayudar a cada adolescente a encontrar las respuestas, interpretar la práctica y reflexionar sobre las decisiones tomadas (Galvani, 2011). Algunos recursos de ocio deportivo que pueden implementarse desde esta estrategia son:
  - El deporte como herramienta de aprendizaje servicio (Santos-Pastor et al., 2021). Por ejemplo, a través de la elaboración de programas de intervención entre jóvenes y centros de mayores para la promoción de la actividad física.
  - La creación de una nueva disciplina deportiva. Esta estrategia pone en acción la adquisición de nuevas destrezas como la creatividad y el em-

prendimiento; así como, habilidades sociales y comunicativas como la escucha activa, el lenguaje decoroso, la empatía y asertividad.

- El diseño de eventos deportivos. Desde este enfoque participativo se involucra activamente a los adolescentes en la planificación y toma de decisiones relacionadas con las actividades deportivas. Se les da la oportunidad de elegir los deportes que les interesan y se les permite participar en la organización de competiciones en las que posteriormente compiten.

Algunas propuestas socioeducativas que se pueden utilizar para la intervención con personas jóvenes mediante el ocio deportivo contemplan su uso en cualquiera de los tres tipos de intervención planteada. Señalemos algunas otras que también podrían ser compatibles:

1. *Aprendizaje mediante el juego*: Se utilizan juegos y actividades deportivas para enseñar habilidades sociales, como el trabajo en equipo, la comunicación, la resolución de conflictos y el liderazgo. Se promueve un ambiente lúdico y seguro donde los adolescentes puedan experimentar, aprender y desarrollar estas habilidades.
2. *Mentoría*: Se establecen relaciones de mentoría entre los adolescentes y los entrenadores o adultos responsables de las actividades deportivas. Los mentores pueden servir como modelos a seguir y proporcionar orientación y apoyo emocional a los adolescentes, ayudándolos a establecer metas y superar desafíos.
3. *Actividades de superación personal*: Se enfoca hacia el reconocimiento y la valoración de los logros y esfuerzos individuales de los adolescentes. Se les brinda retroalimentación positiva y se destacan sus fortalezas y habilidades para fomentar su autoestima y motivación.
4. *Actividades para la educación en valores*: Se aprovecha el contexto deportivo para promover valores como el respeto, la tolerancia, la honestidad, la disciplina y la solidaridad. Se fomenta la reflexión sobre estos valores y se realizan actividades que los pongan en práctica, como trabajar en equipo, respetar las reglas del juego y mostrar fairplay.
5. *Deportes sin fronteras*: Se promueve la inclusión de adolescentes de diferentes orígenes sociales, culturales o religiosos a través del deporte. Se crean espacios y actividades que fomenten la interacción y el respeto mutuo, ayudando a romper barreras y prejuicios.
6. *Aprendizaje entre iguales*: Desde un enfoque holístico se considera el desarrollo integral de los adolescentes, abordando no solo sus habilidades deportivas, sino también su bienestar emocional, físico y cognitivo. Para su desarrollo se persigue que cada individuo enseñe a sus iguales algunas de sus habilidades.

7. *Actividades complementarias*: Talleres de nutrición deportiva, programas educativos, campañas de sensibilización, actividades comunitarias, actividades físicas en el medio natural, plogging, basuraleza, etc.
  8. *Diseño, organización y participación en eventos deportivos*.
4. FOMENTO DEL OCIO DEPORTIVO EN LA JUVENTUD DESDE UN ENTORNO INMEDIATO Y UN ENFOQUE INCLUSIVO

Como se ha abordado anteriormente, el ocio deportivo en sus múltiples formas reporta enormes beneficios para la juventud, por lo que utilizarlo como contenido sobre el que centralizar las intervenciones sociales y educativas puede considerarse como una apuesta segura para influir de manera significativa en la trayectoria de vida de las personas jóvenes (Codina y Pestana, 2016). Además de entretenimiento y diversión, el deporte en general y la actividad física en particular favorecen una vida saludable, valores de disciplina, respeto, así como las habilidades sociales y colaborativas desde un enfoque positivo (O'Brennan et al., 2020). Sin embargo, la gran mayoría de jóvenes pueden verse excluidos por las desigualdades género (Fraguela-Vale et al., 2020), de tipo socioeconómico (García-Castilla et al., 2016) o discapacidad (Romero et al., 2021; Zull et al., 2019).

El papel del entorno inmediato familiar (Porto Maciel et al., 2021) entrenadores y compañeros de equipo (Porto Maciel et al., 2021 y social (Latorre-Román et al., 2020) es fundamental para iniciar a la juventud en el ocio deportivo desde una perspectiva inclusiva y desarrollar hábitos saludables que se mantendrán en la edad adulta (Fraguela et al., 2020) y que les ayudará a mantenerse lejos de hábitos sedentarios y de las conductas de riesgo. En todo ello, el papel de las familias es significativo así como el grupo de iguales en su influencia decisiva tanto a la hora de practicar un deporte como de elegirlo (Mora y Velert, 2020). Asimismo, el entorno deportivo-social más próximo que comprende a diferentes actores sociales como son los profesores de educación física, entrenadores, técnicos, monitores y educadores deportivos (Galán-Casado et al., en prensa) que desarrollan su actividad en el marco escolar, extraescolar, en clubes y asociaciones deportivas y en diferentes entidades sociales, resultan fundamentales para la práctica de actividades de ocio deportivo en todas las edades y niveles. De otra parte, el papel de las instituciones locales públicas y privadas como agentes sociales pueden favorecer la participación mediante políticas de sensibilización y aportando recursos humanos y materiales.

En consecuencia, en este apartado de cierre del capítulo, se presentan diferentes acciones que, a modo de recomendaciones, complementan la intervención socioeducativa que se expuso anteriormente y que contribuyen a promover la participación de la juventud en el ocio deportivo desde el punto de vista inclusivo tanto desde el entorno familiar como del entorno social más cercano.

1. *Promover el deporte desde la infancia contando con las familias*. Es esencial que, a edades tempranas, se fomente en las personas jóvenes el interés y la

participación en actividades deportivas. Igualmente, en este punto, el rol que desempeña la familia es fundamental a la hora de iniciar a la juventud en el deporte. En este sentido, contribuye a aumentar el compromiso de la juventud, el hecho de que libremente tengan la oportunidad de elegir, descubrir y experimentar sus preferencias de ocio deportivo. En esta labor, se requiere que las instituciones y entidades sociales locales, educativas y deportivas establezcan canales de comunicación con las familias y requieran su participación activa en el diseño y planificación de actividades, la identificación de necesidades específicas y la evaluación de los programas existentes. La participación de la estructura familiar en las actividades de ocio deportivo garantizará que las intervenciones que se lleven a cabo sean relevantes, inclusivas y satisfagan las necesidades de las personas jóvenes.

2. *Estimular la práctica deportiva en el seno de las familias.* Una buena manera de promover un estilo de vida activo es poder realizar actividades deportivas en familia (De-Juanas y Páez, 2013). Mediante sencillas actividades familiares lúdicas, además de estrechar y fortalecer los vínculos familiares, se fomenta la práctica de deporte con grandes vivencias. Asimismo, se recomienda la participación en eventos deportivos inclusivos para la integración de personas con discapacidad. Todo ello redundará en la creación de un hábito deportivo periódico. Al respecto, se debe tener presente que para que el deporte impacte en la vida de las personas jóvenes debe generarles adherencia. Por ello, es muy recomendable fijar semanalmente un horario dedicado y adaptado para la práctica del ocio deportivo de forma exclusiva. De tal manera, se puede asignar un día o varios días semanales para que las personas jóvenes realicen actividades deportivas manera individual, colectiva o en familia.
3. *Incentivar el espíritu deportivo y la sana competencia.* El espíritu deportivo, respeto a la diversidad, la igualdad de género y la sana competencia en la práctica del ocio deportiva es una enseñanza esencial para, desde un entorno inmediato promover valores sociales positivos propios de un entorno macrosocial. Para ello, desde las familias y desde el entorno deportivo-social se debe incidir en la importancia de la competición y de respetar las normas, a los demás competidores, valorar el esfuerzo y la dedicación más que los resultados finales y saber aceptar tanto las victorias como las derrotas con dignidad (Garrido et al., 2010). Estos valores son los pilares sobre los que se deben sustentar las relaciones saludables y una actitud positiva hacia el deporte. Además, tan importante es reconocer el esfuerzo y la dedicación de las personas jóvenes como celebrar sus logros deportivos. Por ello, la familia y el entorno deportivo-social, de forma conjunta, puede establecer metas alcanzables y celebrar cada hito alcanzado. Así la familia y el entorno deportivo social más próximo contribuye a motivar y apoyar emocionalmente a las personas jóvenes en su práctica de ocio deportivo. El mero hecho de mostrar interés y entusiasmo se constituye como una actividad necesaria e imprescindible para lograr que las personas se esfuercen y consigan sus logros incluso en los momentos más difíciles (Bu-

ceta, 2015). El apoyo emocional es aún más relevante en el caso de aquellas personas jóvenes con discapacidad y/o en riesgo de exclusión social. Sólo con una actitud positiva ante todo tipo de situaciones y el respaldo emocional de la familia y el entorno deportivo-social más próximo se consigue fortalecer la autoestima, la confianza y el compromiso de los jóvenes con el deporte.

4. *Fomentar la participación en deportes colectivos.* En los últimos años, la práctica de actividad física individual ha calado hondo en la juventud, especialmente, mediante la asistencia a gimnasios por el auge del culto al cuerpo. Si bien, la participación de las personas jóvenes en deportes colectivos, les permite establecer relaciones positivas con sus iguales, aprender el valor del trabajo en equipo, y desarrollar habilidades sociales y la resiliencia desde una perspectiva comunitaria (Urzúa et al., 2014). Esto proporciona a la juventud una estructura y un ambiente de apoyo para su práctica deportiva. Por ello, es importante promover la participación de las personas jóvenes en estas modalidades deportivas y contribuir desde el entorno deportivo social más próximo a evitar el abandono.
5. *Evitar la desigualdad social desde la práctica del ocio deportivo.* En muchas ocasiones, la práctica de ocio deportivo puede suponer una carga económica insalvable para aquellas familias que no disponen de recursos, especialmente en los barrios más desfavorecidos (Balibrea y Santos, 2011). Para garantizar la inclusión plena de la juventud en esta actividad de ocio valiosa se requieren políticas sociales, locales y regionales que ayuden reducir los costos asociados a la práctica deportiva y promover otras opciones de financiación como son el patrocinio. También, es conveniente informar sobre programas deportivos asequibles, becas o subvenciones para la participación deportiva y acceso a instalaciones y equipamiento. Al ofrecer un apoyo específico a estas familias, se les ayudará a superar barreras económicas y promover la participación deportiva de sus hijos.
6. *Fomentar espacios deportivos inclusivos comunitarios adecuados.* En línea con la anterior recomendación se precisan espacios de ocio deportivos comunitarios en los diferentes barrios para que las personas jóvenes puedan acceder de forma asequible o gratuita a instalaciones recreativas o deportivas (Carranza y Maza, 2010). La disponibilidad de estos espacios, la accesibilidad física de las instalaciones deportivas, la promoción de la diversidad, la inclusión en los equipos y grupos deportivos, y la eliminación de cualquier forma de discriminación o acoso, facilita la práctica de actividades deportivas inclusivas en un entorno social cercano y seguro (Rodríguez et al., 2021). Para poder practicar la actividad deportiva de forma segura, es fundamental que los jóvenes dispongan del adecuado equipamiento deportivo. Las políticas sociales pueden contribuir a evitar desigualdades, así como crear y mantener espacios seguros, próximos, atractivos e inclusivos para la realización de actividades de ocio deportivo.

7. *Sensibilizar sobre la importancia de la inclusión en el deporte.* Se recomienda, el desarrollo de programas, planes y proyectos destinados a promocionar el deporte y los beneficios de la diversidad y la inclusión en la práctica deportiva (Cansino, 2016). Esto puede incluir la difusión de historias de éxito de atletas de diferentes orígenes, la promoción de eventos deportivos y la colaboración con organizaciones especializadas en deporte inclusivo. Para ello, se pueden utilizar las redes sociales para promover el deporte inclusivo. Las personas jóvenes usan diversos medios de comunicación para estar informados sobre los eventos de ocio deportivo en su localidad. Además, mediante redes sociales y mensajería instantánea se pueden compartir consejos sobre la práctica de deportes, así como crear comunidades en línea donde la juventud se conecta y se motiva entre sí.
8. *Involucrar a la comunidad en la promoción del deporte.* Es conveniente colaborar con organizaciones locales, clubes deportivos, asociaciones y centros educativos para organizar eventos deportivos comunitarios, ofrecer opciones de ocio deportivo para todas las edades y promover una cultura deportiva inclusiva. Estos eventos ayudan a los jóvenes a desarrollar habilidades deportivas, fortalece su sentido de pertenencia a la comunidad y ayudándoles a establecer relaciones sociales. Dentro de esta práctica, puede ser de interés involucrar a figuras deportivas locales en la promoción deportiva. Suele ser muy inspirador para la juventud, contar con la participación de figuras deportivas locales como modelos a seguir en los eventos de ocio deportivo. Por ello, es muy recomendable invitar a atletas o deportistas reconocidos en el ámbito local a participar en eventos deportivos dando charlas, realizando demostraciones y motivando a los jóvenes a continuar practicando deporte.
9. *Fomentar el liderazgo juvenil en el deporte.* Consiste en otorgar protagonismo a las personas jóvenes mediante la creación de programas de mentores, capacitaciones para líderes deportivos y la creación de comités juveniles en clubes o asociaciones deportivas. El liderazgo juvenil promueve la inclusión y empodera a las personas jóvenes a tener un impacto positivo en el deporte.
10. *Explorar otras opciones deportivas no convencionales y en entornos con incertidumbre ambiental.* Es recomendable que la juventud tenga la oportunidad de explorar otras opciones deportivas no convencionales que les permita descubrir nuevas pasiones y experiencias. Entre estas opciones se podría promover la práctica de deportes tradicionales autóctonos que contribuyen a recuperar y proteger como patrimonio inmaterial de una determinada región. Igualmente, se debería promover la realización de actividades deportivas en entornos con incertidumbre ambiental ya sea natural o urbano en los que se realicen actividades que promuevan la responsabilidad ecosocial de respeto y cuidado al entorno próximo, así como la conciencia sobre la acción humana en el impacto ambiental (Pérez-Brunicardi et al., 2023).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Akandere, M. y Tekin, A. (2005). *Efectos del ejercicio físico sobre la ansiedad*. PubliCE Standard.
- Balibrea, K. y Santos, A. (2011). *Deporte en los barrios: ¿integración o control social?* Universidad Politécnica de Valencia.
- Buceta, J. M. (2015). *Mi hijo es el mejor, y además es mi hijo*. Dykinson.
- Buceta, J. M. (2022). *¡Vamos Rafa! El factor mental en el deporte ¿enemigo, o aliado?* Dykinson.
- Cansino, J. A. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. Deporte Inclusivo, Actividad Física Inclusiva y Educación Física Inclusiva. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*, 9(2), 69-86.
- Carranza, M. y Maza, G. (2010). *Deporte actividad física e inclusión social*. Consejo Superior de Deportes.
- Carranza, M., (coord.), Maza, G., Balibrea, E., Camino, X., Durán, L. J., Jiménez, P. J., y Santos, A. (2011). *Deporte, actividad física e inclusión social: Una guía para la intervención social a través de las actividades deportivas*. Consejo Superior de Deportes.
- Codina, N. y Pestana, J. V. (2016). Physical and sport activities as leisure experience and time perspective in the youth. *Revista De Psicología Del Deporte*, 25, 53-60.
- Cuenca, M. (2014). *Ocio valioso*. Universidad de Deusto.
- De-Juanas A. y Páez, J. (2013). El valor pedagógico del deporte desde la perspectiva de los padres y madres: una propuesta desde la educación social. *III Congreso de Jóvenes Investigadores AJITHE*. Granada.
- De-Juanas, A. y García-Castilla, F. J. (2023). *Ocio para la inclusión: inspirando el cambio desde la transferencia social del conocimiento*. Peter Lang.
- De-Juanas, A., García-Castilla, F. J. y Rodríguez-Bravo, A. E. (2018). Prácticas de ocio de los jóvenes vulnerables: implicaciones educativas. En A. Madariaga y A. Ponce de León (eds.). *Ocio y participación social en entornos comunitarios* (pp. 39-60). Universidad de La Rioja.
- Díaz-Aguado, M., Martínez, R., y Martín, J. (2013). El acoso entre adolescentes en España. Prevalencia, papeles adoptados por todo el grupo y características a las que atribuyen la victimización. *Revista de Educación*, 362, 348-379.
- Ferreira, V. R., Jardim, T. V., Pova, T. I. R., Viana, R. B., Sousa, A. L. L. y Jardim, P. C. V. (2020). Physical inactivity during leisure and school time is associated with the presence of common mental disorders in adolescence. *Revista De Saude Publica*, 54(10),128. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001888>
- Fonseca, J., Santibáñez, R., Moro, A. (2020). Conceptos sobre los factores de riesgo y protección. En R. Santibáñez, M. Ruiz-Narezo y M. González de Audikkana (coords.). *Factores de riesgo y conductas de riesgo en la adolescencia* (pp. 39-48). Síntesis.

- Fraguela, R., De-Juanas, A. y Franco, R. (2018). Ocio deportivo en jóvenes potencialmente vulnerables: beneficios y organización de la práctica. *Pedagogía Social Revista Interuniversitaria*, 31, 49-58. [https://10.7179/PSRI\\_2018.31.04](https://10.7179/PSRI_2018.31.04)
- Fraguela-Vale, R., Varela Garrote, L. y Varela-Crespo, L. (2020). Perfiles de ocio deportivo en jóvenes españoles (15-20 años): un análisis de género. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 37, 419-426.
- Galán-Casado, D., García-Pérez, M., Moraleda Ruano, A., Ortega-Navas, M. C. (en prensa). Análisis de las competencias socioeducativas del educador deportivo que trabaja con infancia y adolescencia en riesgo a través del ocio. *Caurensia. Revista anual de Ciencias Eclesiásticas*.
- Galvani, P. (2011). Estrategias dialógico-reflexivas para la eco-formación. *Visión Docente Con-Ciencia*, 10(59), 1-18.
- Gallego, C. M. (2022). *Identidades virtuales y ocio deportivo: el caso del Roller Derby en Bogotá*. <http://hdl.handle.net/20.500.12209/18141>.
- García-Castilla, F.J., De-Juanas, A. y López-Noguero, F. (2016). La práctica de ocio deportivo de los jóvenes en situación de vulnerabilidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(2), 27-32.
- Garrido, M. E., Campos, M.C. y Castañeda, C. (2010). Importancia de los padres y madres en la competición deportiva de sus hijos. *Revista Fuentes*, 10, 173-194.
- Gómez, C., Puig, N. y Maza, G. (2009). *Deporte e integración social. Guía de intervención educativa a través del deporte*. Inde.
- Gutiérrez, G. M. (2015). El deporte como un artefacto “hibrido”. Bricolajes para la intervención social, cultural y creativa en el espacio público. *Revista de Estudios Globales y arte contemporáneo*, 3(1), 85-106. <https://doi.org/10.1344/%25x>
- Gutiérrez-Matínez, O., Bermúdez, M., Teva, I. y Buela-Casal, G. (2007). Sexual sensation-seeking and worry about sexually transmitted diseases (STD) and human immunodeficiency virus (HIV) infection among Spanish adolescents. *Psicothema*, 19(4), 661-666.
- Herrero, M. (2003). Adolescencia, grupo de iguales, consumo de drogas y otras conductas problemáticas. *Estudios de Juventud*, 62, 81-91.
- King, K. Y. y Church, A. (2019). Beyond transgression: mountain biking, young people and managing green spaces. *Annals of leisure research*, 23(2), 203-222. <https://doi.org/10.1080/11745398.2019.1571928>
- Latorre-Román, P. Á., Bueno-Cruz, M. T., Martínez-Redondo, M. y Salas-Sánchez, J. (2020). Conductes prosocials i antisocials en l'esport escolar. *Apunts. Educació física i esports*, 1(139), 10-18.
- Lazcano, I. y Caballo, B. (2016). Ocio deportivo juvenil: relación entre satisfacción e implicación organizativa. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(2).
- Ma, C., Li, Z., Tong, Y., Zhao, M., Magnussen, C. G. y Xi, B. (2022). Leisure sedentary time and suicide risk among young adolescents: data from 54 low- and middle-income countries. *Journal of Affective Disorders*, 298, 457-463. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.11.025>



- Melendro, M., Cruz, L., Iglesias, A. y Montserrat, C. (2014). *Estrategias eficaces de inter-vencción socioeducativa con adolescentes en riesgo de exclusión*. UNED.
- Melendro, M., Montserrat, C., De-Juanas, A., Rodríguez, E., Varela, L., De Valenzuela, I. y Ballester, L. (2016). Ser jóvenes en una sociedad de redes. En L. Ballester, J. A. Caride, M. Melendro y C. Montserrat (eds.). *Jóvenes que construyen futuros. De la exclusión a la inclusión social* (pp. 1349). Universidad de Santiago de Compostela.
- Melendro, y De-Juanas Á. (2022). Transición a la vida adulta de los y las jóvenes en acogimiento residencial: una trayectoria hacia el compromiso, la autonomía y la responsabilidad social. *Pedagogía social. Revista interuniversitaria*. [https://doi.org/10.7179/PSRI\\_2022.40.00](https://doi.org/10.7179/PSRI_2022.40.00)
- Meisel, M. K. y Goodie, A.S. (2014). Descriptive and injunctive social norms' interactive role in gambling behavior. *Psychology of Addictive Behaviors*, 28(2), 592-598.
- Mondragón, J. y Trigueros, I. (2015). *Intervención con menores. Acción socioeducativa*. Narcea.
- Mora, J. L. y Velert, C. P. (2020). Las relaciones sociales y su papel en la motivación hacia la práctica de actividad física en adolescentes: Un enfoque cualitativo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(37), 41-47.
- O'Brennan, L. M., Suldo, S. M., Shaunessy-Dedrick, E., Dedrick, R. E., Parker, J. S., Lee, J. S., . . . Hanks, C. (2020). Supports for Youth in Accelerated High School Curricula: An Initial Study of Applicability and Acceptability of a Motivational Interviewing Intervention. *Gifted Child Quarterly*, 64(1), 19-40. <https://doi.org/10.1177/0016986219886933>
- Orte, C., Amer, J. y Quesada, V. (coords.). (2022). *Avances y desafíos en la educación familiar. Programas basados en la evidencia científica*. Tirant Humanidades.
- Orte, C., Marsiglia, F. F. y Amer, J. (2023). *Programas de familias para la comunidad. Buenas prácticas en implementación de intervenciones basadas en la evidencia*. Octaedro.
- Pérez-Brunicardi, D., Carretero-García, M., Fraguera-Vale, R. y Varela, L. (2023). Recursos didácticos para la enseñanza de la Educación Física en entornos con incertidumbre ambiental en ESO y Bachillerato. En A. De-Juanas, A., Galán-Casado, D. y Novoa-López, J. A. (coords.), *Procesos de enseñanza en Educación Física y Deporte*. Octaedro.
- Pérez Serrano, G. (coord.) (2015). *Ocio, formación y empleo en jóvenes en dificultad social*. Dykinson.
- Porto Maciel, L. F., Krapp do Nascimento, R., Milistedt, M., Vieira do Nascimento, J. y Folle, A. (2021). Revisión sistemática de las influencias sociales en el deporte: apoyo de la familia, entrenadores y compañeros de equipo. *Apunts: Educación física y deportes* (145), 39-52.
- Puig, N., Vilanova, A., Camino, X., Maza, G., Pasarello, M., Juan, D. y Tarragó, R. (2006). Los espacios públicos urbanos y el deporte como generadores de redes sociales. El caso de la ciudad de Barcelona. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(84), 76-87.
- Rodríguez, J. M. G., Páez, J. y De-Juanas, A. (2021). Función del deporte como actividad de ocio inclusivo de jóvenes mallorquines en riesgo de exclusión social. En M.

- Sáenz de Jubera Ocón y R.A. Alonso (coords.). *Ocio y educación: experiencias, innovación y transferencia* (pp.221-235). Universidad de La Rioja.
- Rodríguez-Bravo, A. E., De-Juanas, A., González-Olivares, A. L. (2016). Atribuciones de los jóvenes en situación de vulnerabilidad social sobre los beneficios del estudio y la inserción laboral. *Revista Española de Pedagogía*, 74(263), 109-126.
- Rodríguez-Bravo, A. E., De-Juanas, A. y García-Castilla, F. J. (2020). Effect of Physical-Sports Leisure Activities on Young People's Psychological Wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 11, 543951. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.543951>
- Romero, S., Romera, L., Madariaga, A. y Lazcano, I. (2021). Personas jóvenes con discapacidad y el papel que juega la familia en su ocio. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, 27(1), 53-65.
- Ruiz-Narezo, M. y González de Audikana, M. (2020). Los factores de riesgo y las conductas de riesgo. En R. Santibáñez, M. Ruiz-Narezo y M. González de Audikkana (coords.). *Factores de riesgo y conductas de riesgo en la adolescencia* (pp.49-95). Síntesis.
- Santibáñez, R., Ruiz-Narezo, M. y González de Audikkana, M. (coords.). (2020). *Factores de riesgo y conductas de riesgo en la adolescencia*. Síntesis.
- Santos-Pastor, M. L., Ruiz-Montero, P. J., Chiva-Bartoll, O. y Martínez-Muñoz, L. F. (2021). *Guía práctica para el Diseño e Intervención en Programas de Aprendizaje-Servicio en Actividad Física y Deporte* (España, Andalucía, Registro propiedad intelectual num. MA-00375-2021). Junta de Andalucía.<http://hdl.handle.net/10481/70964>
- Suero, S. F., Morillo, A. H. y Montilla, V. G. (2016). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *E-motion: Revista de educación, motricidad e investigación*, (6), 40-48. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i6.2800>
- Tarín, M. y Navarro, J. J. (2011). *Adolescentes en riesgo. Casos prácticos y estrategias de intervención socioeducativa*. CCS.
- Urzúa, G., Álvarez, F. y Gaete, T. (2014). El fútbol, en tanto práctica psicosocial, como posibilidad de intervención en pos de la (re) construcción de desarrollo comunitario. *Liminales. Escritos sobre psicología y sociedad. Universidad Central de Chile*, 1(5), 189-202).
- Valdenegro, B. (2005). Factores psicosociales asociados a la delincuencia juvenil. *Psyche*, 14, 33-42.
- Wei, Y. D., Xiao, W. y García, I. (2021). Neighborhood environment, active commute, and healthy BMI in adolescents. *Sustainability*, 13(15), 8286. <https://doi.org/10.3390/su13158286>
- Zull, A., Tillmann, V., Frobose, I. y Anneken, V. (2019). Physical activity of children and youth with disabilities and the effect on participation in meaningful leisure-time activities. *Cogent Social Sciences*, 5(1), Article 1648176. <https://doi.org/10.1080/23311886.2019.1648176>