

TRABAJO FIN DE MASTER

El Desarrollo Comunitario a Través del Deporte



Universidad de Valladolid

ALUMNO: DIEGO GONZÁLEZ POLVOROSA

TUTOR: JESÚS ALBERTO VALERO MATAS

MASTER EN FORMACIÓN E INTERVENCIÓN SOCIOCOMUNITARIA
(UVA)

CURSO 2021-2022

FECHA DE ENTREGA: 16 DE JUNIO DE 2022

RESUMEN

Según la literatura científica, el Desarrollo Comunitario hace referencia a una serie de procesos de transformación social que pretenden mejorar las condiciones de vida de las personas que habitan en un territorio determinado mediante el empoderamiento de las mismas. Así mismo, se trata de un modelo o forma de organización social sustentada en una participación democrática que engloba a políticos, técnicos y población.

El Desarrollo Comunitario puede promoverse de diversas formas, si bien es cierto que a través de la práctica deportiva no es lo más común. Aunque el deporte es un fenómeno de tipo cultural, este posee la habilidad de traspasar fronteras de tipo geográficas, idiomáticas y sociales, logrando de ésta forma alcanzar la cohesión comunitaria y por tanto alcanzar la integración a través del deporte y su función promocional mediante un lenguaje simple, sencillo y casi universal al alcance de todas las personas.

Éste empleo del deporte como potenciación y fomento de la cohesión social y comunitaria se ha combinado con el análisis crítico de una experiencia en la cual el deporte o práctica deportiva haya tenido una gran influencia para mejorar las relaciones sociales y comunitarias.

Por último, a partir de éste análisis, en la última parte, se presenta una propuesta de intervención que trata de superar algunas de las deficiencias detectadas en la experiencia previamente analizada.

PALABRAS CLAVE

Desarrollo Comunitario, Fomento de la comunidad, Deporte, Intervención

ABSTRACT

According to the scientific literature, Community Development refers to a series of social transformation processes that seek to improve the living conditions of the people who live in a given territory by empowering them. Likewise, it is a model or form of social organization based on democratic participation that includes politicians, technicians and the population.

Community Development can be promoted in various ways, although it is true that through sports practice it is not the most common. Although sport is a cultural phenomenon, it has the ability to cross geographical, linguistic and social borders, thus achieving community cohesion and therefore achieving integration through sport and its promotional function through a language simple, straightforward and almost universal within the reach of all people.

This use of sport as empowerment and promotion of social and community cohesion has been combined with the critical analysis of an experience in which sport or sports practice has had a great influence to improve social and community relations.

Finally, based on this analysis, in the last part, an intervention proposal is presented that tries to overcome some of the deficiencies detected in the previously analyzed experience.

KEYWORDS

Community Development, Community Building, Sport, Intervention

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	5
2. CAPÍTULO 1. EL DESARROLLO COMUNITARIO. CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS	7
2.1. Comunidad y Desarrollo Comunitario. Aspectos Teóricos y Metodológicos	11
2.2. Surgimiento, Desarrollo y Evaluación de los Planes Comunitarios	18
2.3. Procesos que surgen en un Proyecto de Desarrollo Comunitario. Peligros y Retos	21
3. CAPÍTULO 2. LA PRÁCTICA DEPORTIVA COMO FOMENTO DEL DESARROLLO COMUNITARIO	27
3.1. ¿Cuál es la relación entre el deporte y el desarrollo comunitario?.....	28
3.2. Práctica Deportiva en Jóvenes y Mayores como Fomento de las Relaciones Intergeneracionales.....	33
3.2.1. Bienestar físico, mental, desarrollo individual en jóvenes y mayores a través de la práctica deportiva.	37
3.3. La Práctica del Deporte y Recreación Comunitaria como Ocio Alternativo	46
3.4. Análisis Crítico de una Experiencia de Desarrollo Comunitario a través del Deporte ..	48
3.4.1. Aspectos Positivos de la Experiencia Mencionada.....	50
3.4.2. Aspectos Negativos de la Experiencia Mencionada	51
4. CAPÍTULO 3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN A TRAVÉS DEL PROGRAMA “ESFUERZO COMUNITARIO”	52
5. CONCLUSIONES.....	78
6. BIBLIOGRAFÍA.....	82

1. INTRODUCCIÓN

Haciendo una pequeña aproximación de lo que engloba o a lo que se refiere el término “*Desarrollo Comunitario*”, para Rubio (2006) se trata de “Una serie de procesos de transformación social que buscan mejorar las condiciones de vida de las personas que habitan en un determinado territorio (barrio, distrito o municipio) a través del empoderamiento de las mismas”.

En ese sentido, deben ser las personas que habitan ese territorio, comunidad, las protagonistas de su propio proceso de desarrollo participante de una manera activa del mismo y de las decisiones sobre qué camino seguir y que hacer en cada momento. Se trata por tanto, de un modelo de organización social sustentado en una suerte democrática participativa en el cual deben trabajar conjuntamente políticos, técnicos y población (tanto organizada en asociaciones y colectivos, así como la población no organizada).

Así mismo, para que un proceso de desarrollo comunitario sea posible, se debe tratar de mejorar no sólo las condiciones de vida de las personas que componen o forman esa comunidad, sino también de ampliar las capacidades de elección de cada una de esas personas, es decir su autonomía.

Como hemos dicho, el Desarrollo Comunitario es un proceso y todo proceso puede ser abordado desde diversas perspectivas de intervención. En este Trabajo de Fin de Master se abordará el fomento del Desarrollo Comunitario a través de la práctica deportiva como forma de inclusión social y potenciación de la toma de decisiones de las personas contribuyendo así a la mejora eficaz de sus procesos vitales.

Este Trabajo de Fin de Mater pretende contribuir al fomento del Desarrollo Comunitario y el empoderamiento de las personas, analizando primero experiencias que se hayan llevado a cabo donde el deporte haya adquirido gran importancia a la hora de intervenir con las personas, intentado descubrir fortalezas y debilidades para posteriormente hacer una propuesta de intervención que pueda promover en parte el empoderamiento y la autonomía de las personas.

Para ello, en primer lugar se analiza el concepto de Desarrollo Comunitario, las características propias que tiene y la variedad de definiciones que posee. Posteriormente se analizará las diversas formas de intervención que tiene el Desarrollo comunitario así como análisis de experiencias donde el Desarrollo Comunitario haya sido promovido a través del deporte/práctica deportiva. Por último, y basándonos en el análisis realizado en apartado anterior, se llevará a cabo una propuesta de intervención.

El **objetivo general** de este trabajo es contribuir a la mejora de las condiciones de vida de las personas, así como fomentar la autonomía y la inclusión social de las mismas. Y como **objetivos específicos**:

1. Adquirir una serie de conocimientos sobre el Desarrollo Comunitario que nos permitan conocer la realidad social antes de intervenir.
2. Analizar experiencias donde el Desarrollo Comunitario haya sido promovido a través del deporte.
3. Llevar a cabo una propuesta de intervención innovadora teniendo en cuenta las deficiencias que se hayan podido extraer en las experiencias anteriormente analizadas.

2. CAPÍTULO 1. EL DESARROLLO COMUNITARIO. CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS

El término “Desarrollo Comunitario” precisa de una aclaración conceptual, pues existe una gran ambigüedad en su significado, como puede verse al analizar el recorrido histórico y el significado distinto que se ha dado a ambos términos que conforman la propia palabra (Desarrollo y Comunidad). Es gracias a la evolución de esos dos términos los que nos permiten definir el Desarrollo Comunitario como “un método de intervención que incorpora a todos los agentes que conforman la comunidad, estableciendo procesos de participación y articulación entre la población y las instituciones que, potenciando un proceso pedagógico y las capacidades participativas de los actores y de las estructuras mediadoras, permita alcanzar unos objetivos comunes y predeterminados para mejorar las condiciones económicas, sociales y culturales de las comunidades y cuyos resultados puedan ser evaluados de forma continua” (Camacho, 2012, p.206).

Como hemos dicho, la palabra Desarrollo Comunitario está formado por dos palabras, las cuales debemos analizar de una manera profunda para entender su relación. En primer lugar, la palabra Desarrollo como concepto sociológico y político es reciente, más concretamente su nacimiento data de la finalización de la II Guerra Mundial cuando Estados Unidos y Europa Occidental inician las políticas de desarrollo como un pilar esencial de la reconstrucción del orden internacional bajo la premisa de la hegemonía de los intereses económicos y políticos de las potencias occidentales (Dubois, 2002, p.4). Se trataba por tanto de una perspectiva del mundo donde primaba la producción y el mercado capitalista sobre los intereses de las personas y donde se desprecian las posibilidades de acción de naciones que a partir de ese momento comenzaron a denominarse como subdesarrolladas.

Esta visión de lo que es el desarrollo comenzó a tener una serie de detractores así como posicionamientos críticos que provocaron la propia devaluación de la palabra, lo que obligó a que se tuviera que reconstruir su significado, así fue como a partir de ese momento surgen conceptos como desarrollo sostenible, desarrollo humano y desarrollo local, así como también el desarrollo comunitario. Para Aguacil (2000) estas palabras contraponen el sentido de **crecimiento** como incremento de carácter cuantitativo o económico, con **desarrollo** que engloba una mejora de las potencialidades de las personas.

En el otro lado se encuentra el concepto de comunidad, se trata de un concepto que, si lo englobamos desde la perspectiva de desarrollo como tal, debemos tener en cuenta la dimensión territorial. Andreu (2008) considera que la comunidad es un colectivo o conjunto de personas que residen en un espacio físico sin la necesidad de que existan fronteras que la definan y si interrelaciones entre las personas.

(Nogueiras, 1996, p. 35) establece una serie de características que definen a una comunidad:

- Es un territorio, una unidad de referencia conformada por la acumulación de distintos subsistemas.
- Es un espacio social donde se producen múltiples interacciones, tanto en el interior como entre ese territorio y el exterior de la comunidad.
- Se trata de un espacio sentido como propio para las personas residentes. Las personas se identifican con la comunidad donde desarrollan su vida cotidiana, que es un elemento importante porque permite la apropiación y la participación social, que son elementos clave en la práctica del desarrollo comunitario.

Por tanto, el concepto de comunidad remite al ámbito local, que encuentra un elemento importante de intervención en el concepto de desarrollo local aunque tenga mayor vinculación con la dimensión económica, mientras que el ámbito comunitario ampliaría el ámbito de intervención a un espectro mayor de dimensiones (Aguacil et al, 2005, p. 23):

- Eje Medioambiental: importancia del espacio público así como los equipamientos para satisfacer las necesidades socioculturales que favorecen la cohesión social, la participación y la gobernabilidad a escala local.
- Eje Socioeconomico (desarrollo local/endógeno): aprovechamiento de los recursos humanos locales con inversores e iniciativa que se adapten a esos recursos, partiendo de las demandas y necesidades locales insatisfechas como fuente de generación de empleo.
- Eje Social: intervenciones integrales en comunidades suelen implementarse en entornos degradados, donde se produzcan sentimientos de desafección por parte de los propios residentes y con vulnerabilidad social y que son percibidos desde el exterior con cierta desconfianza, lo que puede contribuir a la marginación y estigmatización.

Por tanto, es necesario el desarrollo de intervenciones integrales con un carácter social y que logren una recualificación económica y simbólica, facilitando procesos de reconocimiento, apropiación e identificación de estas comunidades con el territorio que habitan.

También, debemos destacar que son muchas las dimensiones sociales y humanas que se deben abordar en un proceso de desarrollo comunitario que tenga por finalidad última el bienestar, la autonomía y la independencia de las personas (trabajo, vivienda, educación, salud, bienestar, participación, ocio). En ese sentido estas dimensiones se pueden correlacionar con servicios tanto públicos como privados: servicios de empleo, educativos, de salud, sociales,

asociaciones, clubs deportivos. Se trata por tanto de recursos que deben adquirir una visión global e integral en sus acciones y que deben ser receptivos a las demandas y propuestas de la población, si pretenden formar parte de un proceso de desarrollo comunitario.

Como ya hemos dicho, “se trata de un proceso de desarrollo integral ya que no debe perder nunca de vista que una problemática social detectada en una comunidad suele ser fruto de una concentración de causas” (Rubio, 2006, p. 289). Además, Rubio (2006) continua diciendo que para solucionar un problema en sí es necesario centrarse en la raíces del problema, en las formas de prevención del mismo y en las posibles consecuencias que tenga, lo que hace necesario movilizar recursos que deben coordinarse entre sí a través de la creación de una estructura u organigrama.

A partir de la estructura organizativa se articulan los distintos actores del territorio (políticos, técnicos y la población en sí) y a través de las distintas visiones que se tengan de la problemática en cuestión, se podrán aportar soluciones de carácter global e integral mediante un trabajo conjunto. Esto último provoca la constitución de **órganos de participación** y de toma de decisiones democráticas y **órganos de coordinación técnica** entre los recursos y servicios encargados de implementar las medidas y actuaciones que se decidan en los órganos de participación. Por tanto, Rubio (2006) considera que todo proyecto de desarrollo comunitario debe dotarse de una serie de estructuras que se adapten de la mejor manera a la realidad social y cultural concreta, así mismo considera que toda persona que quiera participar en un proyecto de este tipo pueda hacerlo.

2.1. Comunidad y Desarrollo Comunitario. Aspectos Teóricos y Metodológicos

En todas las etapas de la historia han existido formas de cooperación entre las personas a partir de intereses u objetivos comunes, de ahí que la satisfacción de necesidades individuales y colectivas a través de acciones conjuntas sea tan antigua como la humanidad propiamente dicha. “En la comunidad primitiva ya se daban relaciones sociales que implicaban el despliegue de una actividad colaborativa, a partir de la satisfacción de las necesidades de subsistencia en la que todos deberían participar dentro de un proyecto mínimo de supervivencia” (Romero, M.I. y Muñoz, M.R., 2014, p.78).

Así mismo continúan diciendo que con el surgimiento de la división del trabajo con una necesidad de supervivencia mediante el intercambio de productos a través de relaciones mercantiles y la aparición de un excedente de producción del que se apropió parte de la población, empezó a surgir una diferenciación de tipo clasista así como de tipo social por razones de raza, sexo, generación entre otras. Es a partir de este momento cuando se quiebra el vínculo comunitario, sin llegar a desaparecer del todo, así como el desarrollo de modos de producción basados en relaciones de explotación de un grupos sobre otros.

Lo comunitario consigue subsistir en grupos sociales donde se da una solidaridad manifestada en la localidad. Esta solidaridad está basada en relaciones de vecindad o integraciones más complejas que subyacen en espacios simbólicos, así como en la protección frente a discriminaciones estructuralmente funcionales a la dominación clasista y que se expresan en formas de discursos étnicos, raciales, sexuales entre otros (Alonso, 2009).

El concepto de comunidad proviene del latín “*Comunitas*”, que significa la cualidad de lo común. Alude a que no es algo privativo de uno solo, sino que pertenece o se extiende a varios. Existen diferentes conceptualizaciones sobre lo que es una comunidad. Revisando la literatura, existen muchos enfoques que tratan de definirla tanto de tipo sociológico, psicológico antropológico o histórico. En 1954 Hillery examinó 94 definiciones del término, encontrando en 69 de ellas tres elementos comunes que son: Localidad geográfica, relaciones y lazos comunes e interacción social (Ander-Egg, 2007, p. 19). Estos tres elementos se han mantenido en la mayoría de las definiciones de la literatura reciente, de ahí que sea conveniente tenerlos en cuenta a la hora de conceptualizarla.

Por tanto, para dar un sentido al concepto de comunidad, se han planteado diferentes definiciones para diferentes autores especialistas en diferentes materias o ámbitos de intervención. Por ejemplo, Para la socióloga cubana María Teresa Caballero:

“Comunidad es el agrupamiento de personas concebido como unidad social, cuyos miembros participan de algún rasgo común (intereses, objetivos, funciones), un sentido de pertenencia situado en una determinada área geográfica, en la cual la pluralidad de personas interactúa intensamente entre sí e influye (de forma activa o pasiva) en la transformación material o espiritual de su entorno” (2005, p. 167).

En el caso del sociólogo Ezequiel Ander-Egg:

“Una comunidad es una agrupación o conjunto de personas que habitan un espacio geográfico delimitado y delimitable, cuyos miembros tienen conciencia de pertenencia o de identificación con algún símbolo local y que interaccionan entre sí más intensamente que en otro contexto, operando en redes de comunicación, intereses y apoyo mutuo, con el propósito de

alcanzar determinados objetivos, satisfacer necesidades, resolver problemas o desempeñar funciones sociales relevantes a nivel local” (2003, p. 33).

Y desde el ámbito de la psicología, Mirtha Cucco refiere que:

“La comunidad es una unidad social articulada desde un contexto territorial, desde una identidad socio-cultural, y desde unos intereses básicos en torno a los procesos de producción y reproducción cotidianos. Implica una convivencia próxima y duradera con individuos en constante interacción, cooperación y participación social. No constituye un “a priori”, sino un proceso en construcción, y hemos de rescatarla como una forma histórica de producción de instituciones y valores sociales. Implica así mismo, un sentimiento de pertenencia que la define hacia dentro y que constituye también una forma de reconocimiento exterior” (2006, p 38).

Así por tanto, para Romero, M.I. y Muñoz, M.R. (2014) estas definiciones aportan un conjunto de elementos que permiten caracterizar una comunidad, estos elementos son:

- Un grupo social con relaciones y lazos comunes, que comparte determinados intereses y participa de algún objetivo o interés común.
- Interacción social sostenida, cooperación y participación social en un contexto determinado (territorial, escolar, eclesial, virtual, laboral, entre otros).
- La identidad que incluye el sentimiento o conciencia de similitud y pertenencia. Que hace que la gente se perciba y sea percibida como parte de una red de relaciones que la identifican con la comunidad de la que forma parte.
- Unidad histórico-social manifestada en la presencia de costumbres, valores y estilos de vida, tradiciones, símbolos compartidos.

- La Acción social vinculada a la satisfacción de necesidades, solución de problemas cotidianos y el desempeño de funciones sociales relevantes.
- Es una forma histórica de relación social que produce instituciones y valores tales como la solidaridad, el servicio, el compartir bienes de tipo material y espiritual, entre otros.

Desde ésta perspectiva, un movimiento de tipo cultural o social, una red social o una asociación profesional pueden considerarse comunidades si portan los elementos mencionados: propósitos e intereses compartidos, interacciones sostenidas, cooperación, sentido de pertenencia, satisfacción de necesidades, participación en la solución de problemas cotidianos entre otros.

En el caso del Desarrollo Comunitario, la expresión del desarrollo de la comunidad se utilizó por primera vez en Estados Unidos en los años 40 (1947), descrito como:

“Un movimiento con el fin de promover el mejoramiento de la vida de toda la comunidad, con su participación activa y en lo posible por iniciativa de la propia comunidad...”
(Ander-Egg, s/f, p. 10).

El desarrollo de la comunidad como forma de intervención social es el resultado de dos tipos de desarrollos metodológicos, que son: **La organización de la comunidad** que surgió dentro del Trabajo Social y que tuvo su principal evolución en Estados Unidos y por otro lado **el desarrollo de la comunidad** que nace en un primer momento en los países de África y Asia y más tarde en América Latina y Europa.

Durante los primeros años, los programas de desarrollo comunitario se concretaron a través de centros comunales, más concretamente centros educativos y recreativos-culturales cuyo

objetivo era contribuir al bienestar de la comunidad, así como la realización de proyectos específicos de mejoras materiales, organización de servicios y acción comunal.

Ya desde 1950, la Organización de las Naciones unidas, en adelante ONU, y sus organismos especializados comienzan a utilizar la expresión desarrollo de la comunidad para referirse a procesos a través de los cuales los esfuerzos de una población se unen a los del gobierno del país en cuestión, con el objetivo de mejorar las condiciones económicas, sociales y culturales de las comunidades, así como integrar éstas en la vida del país y permitirles contribuir plenamente al progreso nacional. Para Ander Egg (2003), estos programas se hacen necesarios cuando empiezan a disminuir las solidaridades naturales en sociedades cada vez más complejas.

Más adelante, en la década de los 70, surge la promoción popular como una nueva versión del desarrollo de la comunidad, dirigido al cambio del sistema por cual se produce la marginalidad y el desarrollo y no tanto a la inserción de las personas marginadas en el sistema establecido. De ésta manera se pretende que la persona se convierta en el motor principal del desarrollo, en su objetivo y agente esencial mediante la potenciación de su capacidad y necesidad de participar activamente en los procesos de ampliación de sus propias oportunidades.

Y es que el hecho de desarrollar la comunidad va más allá de mejorar sus condiciones materiales de vida, sino que implica que se produzcan crecimientos en las personas, grupos así como cambios en las relaciones sociales asimétricas. Romero, M.I. y Muñoz, M.R. (2014), consideran que “el desarrollo comunitario puede incluir transformaciones físicas, económicas, sociales, políticas o culturales y aunque todas ellas tienen un peso importante para cualquier modelo de desarrollo que se implemente. El aspecto diferente de ésta propuesta es su finalidad

emancipadora lo que implica propiciar una conciencia crítica en la comunidad acerca de las culturas de dominación reproducidos de manera natural en el día a día cotidiano”.

Otro aspecto imprescindible que hay que resaltar es que es necesario formar a la comunidad para que se constituya en sujeto protagonista de los cambios consiguiendo una auto-gestión y una auto-organización que les permita solucionar las diversas problemáticas que les afectan, prescindiendo de actitudes de tipo asistencialistas o mediante la intervención de agentes externos y contribuya a la construcción de relaciones de poder ajenas a toda forma de opresión social.

Para Romero, M.I. y Muñoz, M.R. (2014), es preciso asumir el principio del autodesarrollo comunitario donde lo comunitario es entendido como un vínculo de simetría total que está presente en las relaciones sociales. Se trata de una propuesta donde se concibe lo comunitario como una cualidad del desarrollo en sí mismo. Además ésta propuesta considera a la comunidad no como un lugar, sino como un tipo de relación social entre las personas y grupos humanos. Un elemento importante dentro de lo comunitario es la participación, la cual implica la acción colectiva del grupo como sujeto de la actividad.

Otro elemento importante de lo comunitario es la cooperación asumida como colaboración de tipo social, la cual se produce a partir de la coordinación entorno a un objetivo común y la integración en función de soluciones, este elemento se encuentra en contraposición a la competencia donde la afirmación de cada parte pasa por negar la contraria considerándola un oponente. El proyecto colectivo es otro elemento que caracteriza a los vínculos comunitarios, siendo aquí donde quedan expresados los fines de la actividad. De ésta manera el proyecto le

confiere direccionalidad a la actividad del sujeto colectivo, adquiriendo ambos un carácter comunitario.

El cuarto punto a destacar es el de los niveles de desarrollo de la cualidad comunitaria en función de las manifestaciones de la cooperación, la participación y el proyecto en cada grupo concreto. Si estas manifestaciones se encuentran en estado latente se trata de una comunidad en sí, si frente a las condiciones de opresión adquieren conciencia de su identidad y luchan por sus intereses pero sin considerar al otro se trata de una comunidad para sí y por último si el grupo social se plantea una solución donde la solución es un asunto social general y no de tipo particular en ese caso sería una comunidad en emancipación.

El autodesarrollo comunitario se concreta en procesos potenciadores del autodesarrollo como son:

- La promoción de una conciencia crítica como premisa subjetiva de la disposición al cambio y nueva actitud ante la realidad.
- La organización comunitaria de las fuerzas sociales implicadas en acciones de autodesarrollo que significa unir, dar coherencia a la acción de sujetos colectivos.
- La dirección de la transformación comunitaria para el logro de la emancipación posible. La acción coordinada de fuerzas sociales supone el establecimiento de vínculos simétricos entre dirigentes y dirigidos, de modo que los primeros no se conviertan, al ejercer su rol, en reproductores de prácticas autoritarias.

Así pues consideramos imprescindible tratar a la comunidad en sí como un sujeto de transformación social la cual dispone de una historia que necesita ser analizada, formada por

unos elementos que hay que caracterizar, así como analizar las contradicciones que suponen su desarrollo.

2.2.Surgimiento, Desarrollo y Evaluación de los Planes Comunitarios

Rubio (2006) destaca la importancia del actor que pone en marcha un proyecto de Desarrollo Comunitario ya que ésta iniciativa puede surgir de un grupo de personas que se comprometen con los problemas existentes en su barrio o municipio, pero también puede surgir como iniciativa de una entidad o entidades sociales, así como iniciativa de un grupo de técnicos como puede ser el Centro de Salud.

Evidentemente, es necesario plantear la necesidad de dar una respuesta clara y firme a la inquietud o problemática y conformado el grupo promotor de la iniciativa, éste suele contactar con el resto de actores sociales junto con la población del territorio en cuestión para tratar de implicarles en el proyecto común.

Así mismo, si se quiere contar con toda la ciudadanía y a los diferentes actores sociales, es necesario como primera medida o actuación la realización de un diagnóstico que muestre la realidad social de esa comunidad, donde se puedan expresar colectivamente las necesidades, los problemas, las demandas y las propuestas que se hayan planteado, en el caso de que se haya planteado alguna. Este diagnóstico comunitario debe ser lo más participativo posible, intentando fomentar la implicación de la gente desde un comienzo con el proceso de Desarrollo Comunitario.

El objetivo del diagnóstico es dar voz a los vecinos y vecinas así como ser el punto de partida a partir del cual se comience a planificar el proyecto de Desarrollo Comunitario de una manera participativa y democrática. Una vez llevado a cabo la investigación, se obtendrán unos

resultados a partir de los cuales se establecerán prioridades o problemáticas prioritarias sobre las que incidir de una manera más exhaustiva, así como la estructura organizativa y la metodología que se va a seguir además de los actores implicados encargados de ejecutar cada acción siempre promoviendo la participación ciudadana.

Una vez puesto en marcha el plan comunitario, es necesario llevar a cabo una evaluación continua del mismo por parte de los órganos técnicos y de participación, con el objetivo de corregir errores que hayan surgido o deficiencias y poder adaptarlo a los nuevos cambios que se puedan producir en el entorno en el que se desenvuelve. Si se quiere evaluar un proyecto de éste tipo, será conveniente el realizar evaluaciones a medio-largo plazo ya que proyectos de transformación social precisan de un tiempo razonable que permita cambiar de una manera sustancial las situaciones desde la que se partía en un principio y ser capaces de consolidar esos cambios. Sabiendo que la ejecución del proceso de Desarrollo Comunitario será de alrededor de 3-4 años, posteriormente se deberá realizar un nuevo diagnóstico que refleje la nueva situación social generada por el proceso y su programación para los años venideros.

Así mismo, para llevar a cabo una evaluación consistente y bien fundamentada del proyecto de Desarrollo Comunitario, consideramos necesario de parar cada cierto tiempo con el objetivo de reflexionar en profundidad sobre el trabajo que se está realizando. Como hemos mencionado anteriormente, a través del nuevo diagnóstico establecido, se podrá contrastar la situación actual con la situación de la que se partía y así mismo consultar a la ciudadanía qué percepción tiene acerca del proceso en cuestión. (Rubio, 2006, p. 291) considera que “las evaluaciones deben basarse en dos criterios básicos:

- El grado en que ha aumentado la autonomía de las personas y de la comunidad en su conjunto.
- La coherencia entre los objetivos fijados y la metodología seguida”.

Así mismo, Rubio (2006) continúa diciendo que el primer criterio debe abordarse desde dos aspectos clave que son las condiciones de vida y los aspectos relacionales o de poder. El hecho de aumentar la autonomía de las personas supone ampliar sus capacidades a la hora de elegir, ya sea en un sentido u otro así como el qué hacer con sus vidas sin necesidad de tener condicionantes materiales, económicos, sociales o culturales que les generen dependencia o vulnerabilidad.

Es por este motivo por el que un proceso de Desarrollo Comunitario pretende facilitar la mejora en aspectos sanitarios, educativos, urbanísticos, medioambientales, culturales o de acceso a un empleo, vivienda, servicios sociales de calidad y adecuados a la realidad específica de esa comunidad o territorio. Pero además, también pretende transformar las relaciones existentes entre los distintos actores sociales, transformación que debe sustentarse en la planificación de manera conjunta y democrática entre administraciones, entidades sociales y población. Este hecho supone un cambio en la relación “arriba hacia abajo”, donde la población se encuentra como receptora y usuaria de programas y servicios diseñados por agentes (políticos y técnicos/as) sin tener en cuenta la opinión de la propia ciudadanía, y siendo sustituida por otro tipo de relaciones “abajo hacia arriba” donde la población tiene un papel preponderante siendo protagonista en el diseño y co-gestión de su propio modelo de desarrollo.

También es importante contrastar si se está consolidando una cultura de colaboración y cooperación entre las asociaciones ya sean de vecinos, culturales, deportivas, de acción social.

AMPAs, de mujeres, de jóvenes y los servicios públicos que permitan superar las acciones sectoriales por otro tipo de acciones más interrelacionadas y coordinadas hacia un proyecto común de barrio.

Por tanto, consideramos que un proyecto de Desarrollo Comunitario se está consolidando cuando las personas (ciudadanas) y de una manera más concreta, aquella más desfavorecida o vulnerable acabe por adquirir el suficiente nivel de autoestima y habilidad como para ser capaces de plantear sus demandas y propuestas ante políticos y técnicos además de participar de una manera activa del diseño, ejecución y evaluación de los proyectos que se quieran implementar. En definitiva, cuando se perciba un proceso real de empoderamiento de las personas que permita aumentar sus capacidades para decidir tanto a nivel personal como colectivo.

Además, para llevar a cabo proyectos de éste tipo es necesario el empleo de una metodología de carácter participativa y democrática, empleando técnicas y herramientas que propicien la participación ciudadana, así como la difusión de la información generada de una manera transparente e igual para todos los actores. En ese sentido, “si en un proceso como éste que pretende transformar las relaciones de poder existentes y facilitar la participación de la población en la construcción de su propio desarrollo personal y colectivo no se está consiguiendo alcanzar los objetivos establecidos, es muy probable que la metodología que se esté llevando a cabo no sea la adecuada (Rubio, 2006, p. 292)”.

2.3. Procesos que surgen en un Proyecto de Desarrollo Comunitario. Peligros y Retos

Para Rubio (2006) son varios los procesos que abre cualquier proyecto de éste tipo, siendo:

- **Proceso de tipo educativo:** Las nuevas relaciones a establecer entre los distintos actores así como la forma de comunicarse entre ellos y de participar y trabajar conjuntamente, requiere de un proceso de aprendizaje tanto individual como colectivo que se irá construyendo desde la práctica. Así mismo ésta práctica debe acabar generando una cultura propia del proyecto de Desarrollo Comunitario.

- **Proceso de tipo transformador:** Este tipo de enfoque debe interpretarse desde dos dimensiones, la sustantiva es decir (qué se hace) y la relacional (para quien se hace). La sustantiva definirá la nueva forma de abordar las cuestiones relacionadas con la mejora de las condiciones de vida de las personas, huyendo del asistencialismo y paternalismo que se manifiesta en la mayoría de políticas de tipo “tradicional” que dicen buscar el bienestar social.

En el lado opuesto se encuentra la dimensión relacional, centrada en el empoderamiento de la población y en la transformación de las relaciones de poder.

- **Proceso de tipo comunitario:** La dirección del mismo recae en múltiples liderazgos así como asumir responsabilidades compartidas entre todos los actores que componen una comunidad, por eso es Comunitario.

- **Proceso de tipo ciudadano:** Su finalidad última es facilitar la participación activa de la ciudadanía en la definición futura del proyecto que esperan para sí y además que abre procesos innovadores para fomentar la participación de los ciudadanos y ciudadanas en la gestión de las políticas y servicios públicos.

Como hemos mencionado, los proyectos de Desarrollo Comunitario implican la aparición de una serie de procesos de diverso tipo, pero también pueden darse una serie de riesgos o peligros que impidan o dificulten poner en marcha los procesos anteriormente

descritos. Como punto en común, el déficit de participación podrá ser el germen de la inmensa mayoría de los problemas que dificultarán alcanzar los objetivos de un proyecto comunitario. Para Rubio (2006) sin la participación no habrá proceso educativo ni se producirá el empoderamiento de la población.

Además continua diciendo, el proyecto comunitario corre el riesgo de pervertirse si la participación se reduce a una cuantas actividades dirigidas y organizadas por técnicos/as a las cuales las personas asisten como si fueran simples clientes o usuarios de las misma. Esta perversión vendría provocada por el hecho de no volver a establecer un diagnóstico tras la puesta en marcha del proyecto para conocer los resultados obtenidos y conectar con las verdaderas problemáticas y necesidades de las personas, lo cual haría que se cayese en el modelo asistencialista y paternalista.

Junto a éste, otro peligro considerado fundamental a la hora de construir un proceso de desarrollo comunitario es la fractura existente entre el asociacionismo tradicional y el nuevo movimiento asociativo, los cuales tienen intereses e inquietudes radicalmente opuestos, al igual que sus formas de hacer. Esto puede llevar a enfrentamientos, rivalidades así como a una falta de entendimiento y comprensión mutua que impida la comunicación lo cual haría que el principal damnificado sería la construcción de un proceso de desarrollo comunitario que englobe a todos los actores sociales que están ubicados y actuando sobre un mismo territorio.

Otro factor a tener en cuenta es la participación de los técnicos, ya que en un extremo puede no darse ésta participación debido a resistencias y reticencias que se generan hacia una nueva forma de trabajar, la cual rompe el rol habitual del técnico. Mientras que en el otro extremo, ésta participación puede darse pero sin que haya un reconocimiento de éste tipo de

trabajo comunitario por parte de las administraciones y de los servicios tanto públicos como privados a los que pertenecen, lo que lo termina por convertir en un trabajo de tipo “voluntario” para los técnicos/as. Por tanto, éste hecho genera inestabilidad en cualquier proceso de Desarrollo Comunitario ya que se dependerá del nivel de compromiso que los técnicos/as encargados quieran mostrar, además de su disponibilidad de tiempo y de su precariedad o no en el puesto de trabajo.

Por último, Rubio (2006) destaca una serie de retos que se deben afrontar desde experiencias de Desarrollo Comunitario:

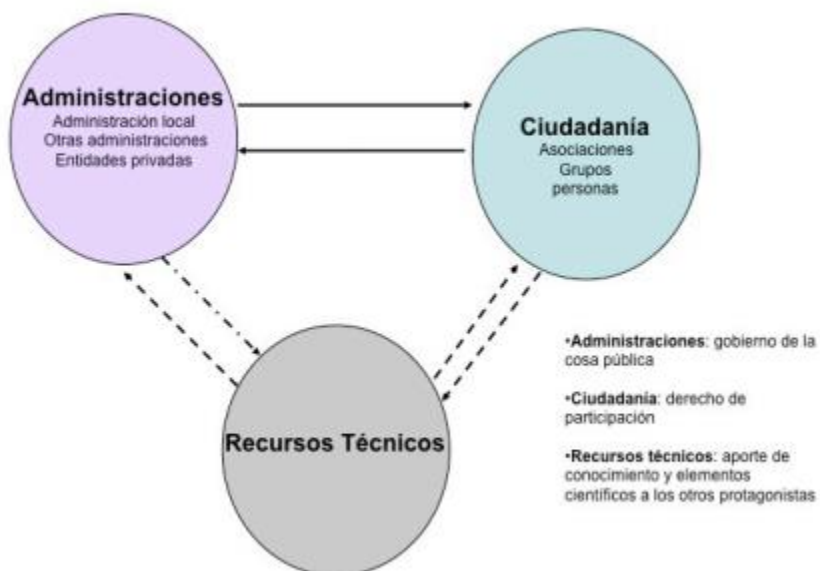
- Convertirse en una herramienta eficaz que permita la integración de la diversidad cultural así como la convivencia en nuestros barrios.
- Integrar la dimensión económica dentro del proyecto en sí, es decir trabajar con el tejido productivo y no sólo con el tejido social.

2.3.1. Peculiaridades de los procesos de tipo comunitario.

Siguiendo a Marchioni (2015), en un proceso de tipo comunitario es la propia comunidad la que establecerá sus propias prioridades a través de un diagnóstico participativo de todos los actores. Por tanto, son los propios actores los que, de manera conjunta enfocan de una manera u otra las necesidades de una manera prioritaria pero siempre teniendo en cuenta la participación activa de las demás personas participantes en el proceso. Primeramente debemos conocer el contexto (económico, institucional, social o político) y adaptarnos a las características, particularidades y necesidades propias del territorio sobre el que queremos intervenir, así como las personas que lo conforman y que estén dispuestas a participar en el proyecto. Pero no solo de personas se compone el territorio, nos referimos en este caso a

servicios y recursos sociales, no solo públicos, sino ahora en ésta nueva realidad también de tipo privado y que actúan con y para la ciudadanía para contribuir a su bienestar (Ayuntamientos de las localidades, CEAS, asociaciones vecinales).

Una vez conocido el contexto, así como las necesidades existentes, es momento de establecer un grupo de participación comunitaria, es decir un grupo de trabajo a través del cual se aporten ideas, formas de hacer y llegando a acuerdos sobre como poder incidir y acabar con las necesidades existentes en ese territorio determinado. Posteriormente este grupo será el encargado de presentar la propuesta planteada a las autoridades competentes así como solicitar la colaboración de entidades sociales o asociaciones que estén dispuestas a participar. Se establece una perspectiva colaborativa entre “los tres protagonistas” con sus diferentes papeles y aportes lo que provoca un aumento del proceso comunitario, el cual no tiene una fecha de caducidad debido a que la realidad evoluciona de una manera constante.



Fuente: Marchioni (2015)

Para Marchioni (2015), el hecho de que la intervención comunitaria se reduzca solo a realidades en las que se dan hándicaps tanto de tipo social como económico, se reduce por tanto su ámbito de intervención se limita y se confunde con la anormalidad y con deficiencias de todo tipo. Así mismo, en determinadas situaciones de marginación y vulnerabilidad, el proceso de mejora requerirá de mayores recursos y se encontrará con mayores dificultades. Pero no impide que, en estas situaciones, se pueda contribuir a la mejora de lo existente evitando que estas situaciones sean marginadas por la misma situación.

Otro punto a destacar es que el sujeto de la intervención es la misma comunidad. Marchioni (2015) afirma que la comunidad en sí no es la propia intervención, sino que es propio sujeto por tanto, tiene una gran importancia la metodología de tipo comunitario haciendo a todos los actores partícipes del propio proceso. En relación a esto, es preciso mencionar, que en una sociedad que se supone que es democrática, la participación de todos los actores involucrados dependerá fundamentalmente del papel que estos juegan en la comunidad, es evidente que el papel de la ciudadanía no es el mismo de quien administra y ha sido elegido de una manera democrática (Marchioni, M. 2015, p. 5).

Para trabajar con un enfoque comunitario, es necesario tener en cuenta una serie de elementos (Marchioni, M. 2015, p.8):

- La necesidad de contar con una hipótesis metodológica definida, adaptable y flexible, ya que cada realidad es diferente de cualquier otra.
- La importancia del contexto y del conocimiento real del territorio.

- Contar con un sistema de documentación que permita la recogida y sistematización de datos, informaciones, aportaciones. Para poder realizar un análisis del trabajo, una adecuada evaluación y una información permanente a la comunidad.
- Una intervención comunitaria trata de procesos indefinidos e inespecíficos, ya que se parte del principio de que cada comunidad es una realidad particular que tiene que realizar su propio itinerario de desarrollo y que será diferente de cualquier otro.
- La participación es a la vez un fin y un medio, ya que sin participación no habrá proceso y no habrá cambios sustanciales y sostenibles. Pero la participación activa puede resultar un peso para las personas y por ello debe actuarse para que este peso sea el menor posible y que la participación sea un hecho normal y sostenible.
- Establecer y mantener relaciones de confianza y colaborativas, teniendo en cuenta el contexto existente, con y entre los actores del propio territorio.

3. CAPÍTULO 2. LA PRÁCTICA DEPORTIVA COMO FOMENTO DEL DESARROLLO COMUNITARIO

Como hemos visto en el primer capítulo, se considera al Desarrollo Comunitario como una forma de intervención con las personas, a través de la cual se potencie la participación de todas las personas implicadas en el proceso, en un sentido prioritario los y las ciudadanas que forman parte del propio proceso, pero también las instituciones que, a través de una serie de mecanismos, proporcionen espacios y oportunidades que permitan a las personas participar y por ende conseguir/alcanzar una mejora de sus condiciones de vida ya sea de tipo social, relacional, social. Este tipo de metodología implica una colaboración entre todos los agentes/actores con el

fin último de alcanzar los objetivos previstos. Una vez hablado de lo que supone el Desarrollo Comunitario, así como sus características, los peligros y retos que se plantean entorno a él, debemos dar un sentido de intervención al propio Desarrollo Comunitario. Es decir, considerar la importancia que tiene el deporte o práctica deportiva como forma de potenciar el desarrollo comunitario, además del propio sentido de comunidad así como la inclusión social propiamente dicha. En este segundo capítulo, hablaremos de la importancia que tiene el deporte como forma de intervención que implique una mejora de las condiciones de vida, sociales y relacionales de todas las personas participantes. Además se analizará una experiencia donde, a través del ejercicio se fomente el sentido de comunidad y la mejora de las relaciones sociales de esas personas, se extraerán los puntos positivos y negativos de la misma para, en el tercer capítulo, llevar a cabo una propuesta de intervención que pueda dar respuesta a los puntos negativos anteriormente destacados en la experiencia.

3.1. ¿Cuál es la relación entre el deporte y el desarrollo comunitario?

Desde las ciencias sociales, el deporte colectivo durante los últimos años, está siendo observado como una categoría de utilidad para el abordaje de los procesos de transformación social (Zas, et al, 2010) citado en Álvarez, F y Gaete, T (2014). Así mismo, estos autores consideran que para que un deporte colectivo se convierta en un medio facilitador de experiencias de transformación social ya que “lleva a la necesidad de diseñar una forma diferente de su práctica, lo que debe permitir aprovechar mejor las potencialidades para alcanzar el fin que se ha propuesto” (Zas et al, 2010, p. 224). Por otro lado, Rubinstein (2010), afirma que el deporte produce felicidad y como el deporte es un fenómeno de tipo cultural, este posee la habilidad de traspasar fronteras de tipo geográficas, idiomáticas y sociales, logrando de ésta forma alcanzar la cohesión comunitaria. Además continua diciendo que se puede alcanzar la

integración a través del deporte y su función promocional mediante un lenguaje simple, sencillo y casi universal al alcance de todas las personas.

En relación a esto, los deportes colectivos contribuyen al desarrollo así como a la participación estimulando actitudes como el espíritu de equipo, la comunicación, la negociación y el liderazgo y destacando a la vez la participación y la inclusión de todos los grupos en sociedad (UNICEF, 2007, p. 19) citado en Álvarez, F y Gaete, T (2014). Para finalizar, siguiendo a Tenorio, s.f. el deporte colectivo implica el compartir penas y glorias así como éxitos o fracasos, lo que lleva por tanto a un cambio de concepto conocido como “del yo a nosotros”.

Podemos considerar al fútbol como el deporte colectivo universal por excelencia, y que usándolo como una estrategia de intervención para el fomento de la comunidad, puede contribuir a la aparición y consolidación de elementos como pueden ser: el trabajo en equipo tanto dentro como fuera del terreno de juego, la resiliencia desde una perspectiva comunitaria, el respeto entre las propias personas participantes, valoración positiva del funcionamiento de las relaciones sociales y familiares así como una mejora de los vínculos significativos entre habitantes del barrio o comunidad, desarrollo individual de los sujetos de la comunidad en relación al bienestar físico y mental de quienes practican este deporte, desarrollo individuo-grupo en función de la valoración positiva del funcionamiento de las relaciones familiares y sociales del barrio y por último el desarrollo del grupo-sociedad donde es posible destacar el fortalecimiento y generación de redes de apoyo informales y la participación-organización-compromiso de los distintos actores de la comunidad en pro del bienestar común (Álvarez, F y Gaete, T. 2014, p.195).

Así mismo, consideramos que el fútbol como una estrategia de intervención debe incorporar en cada una de sus dimensiones el proceso de participación. La participación en ese sentido promueve el desarrollo personal y comunitario en la medida que favorece el desarrollo de diversas competencias, sentimientos de pertenencia, autonomía, proactividad, sentimiento de control psicológico, así como la interconexión de espacios públicos y privados haciendo que el logro del bien común sea una tarea compartida (Zambrano, 2005).

Por otra parte, si hacemos un análisis de como el deporte se ha ido conceptualizando a lo largo de la historia, podemos diferenciar dos corrientes, como son: el desarrollo deportivo de elite (desarrollo del deporte) y desarrollo comunitario del deporte (Houligan & White, 2002). En relación a la segunda corriente, para Green (2007) el interés en el desarrollo comunitario y las iniciativas de desarrollo comunitario resultantes a través del deporte, son respuestas a la marginación en la comunidad. Siguiendo ésta línea, Holigan (1997), afirma que el deporte bajo la bandera del desarrollo comunitario a menudo se ve como una responsabilidad de organizaciones dirigidas a potenciar o garantizar el bienestar comunitario, en lugar de organizaciones propiamente deportivas y para Vail (2007), la provisión de deporte en términos de desarrollo comunitario puede depender de la participación de socios no tradicionales y líderes comunitarios, y que pueden no ser parte de un sistema deportivo reconocido, pero que entiende lo que la comunidad necesita.

Según el Sport for community development handbook (2016), la práctica deportiva tiene características exclusivas que le permiten contribuir a los procesos de desarrollo de una manera eficiente y eficaz:

1. **Universalidad:** Superación de las fronteras nacionales y limitaciones culturales sociopolíticas y económicas. El deporte en si es capaz de involucrar tanto a los participantes como a los espectadores y, se puede practicar en cualquier comunidad del mundo. Además se puede utilizar para abordar una gran serie de desafíos económicos y sociales.
2. **Comunicación:** El deporte tiene la capacidad de llegar a un gran número de personas y por tanto puede considerarse dentro de los problemas de educación pública y movilización social. Además, “el lenguaje” del deporte se compone de reglas sencillas y es no verbal, lo que facilita la comunicación. Facilita la formación de un grupo y el fortalecimiento de la cohesión, se convierte así en un paso más sencillo a la hora de poner en práctica. En este sentido, la práctica deportiva se mueve en un ambiente donde se promueven valores como: el sentido de la responsabilidad, respeto, espíritu de grupo y, sobre todo, tolerancia, factor cada vez más importante en contextos multiétnicos o con presencia de minorías.
3. **Agregación-Reunión:** El deporte une a jugadores, equipos, entrenadores, voluntarios y espectadores. Se trata de una herramienta con la capacidad de potenciar el potencial (no solo físico) de las personas que lo practican, y es, en sí mismo, un gran dispositivo de cohesión social y un encuentro natural. El deporte reúne a personas de diferentes orígenes, sentido de pertenencia, contexto social de referencia, pero que hablan, se comunican y se encuentran alrededor de una pasión e interés específico que comparten. También contribuye a crear relaciones y comunidades utilizando el cuerpo como ancla esencial de los lugares y territorios.

4. **Motivación:** El deporte tiene la capacidad de sacar, desarrollar y potenciar los valores individuales y habilidades. Enfrentarse a un deporte es también enfrentarse a los propios límites a través de una reflexión sobre las propias capacidades personales. Puede servir para dar mayor confianza en uno mismo y obtener un sentido crítico realista y, en consecuencia, la superación de los propios límites ya no se percibe como un riesgo, sino que se traduce en una apertura a nuevos caminos y nuevos retos.

Así mismo, según el Sport for community development handbook (2016), el empleo del deporte como herramienta del desarrollo comunitario conlleva la consecución de unos resultados que en un principio son esperables:

- Prevención y promoción de la salud física y psicosocial; reducción y contención de los costos directos e indirectos del tratamiento médico; apoyo para superar traumas de varios tipos.
- Mejora del bienestar colectivo y reducción de la exclusión y discriminación social; mejora la socialización; permite la independencia y la participación; fomento de la inclusión.
- Incrementar la integración y prevención de conflictos sociales y construir la paz, generando relaciones de confianza y cultura de cooperación.
- Promoción de la igualdad de oportunidades y la emancipación de niñas y mujeres, mejorando su salud y bienestar, fomentando la autoestima y emancipación y facilitando su integración social.

3.2. Práctica Deportiva en Jóvenes y Mayores como Fomento de las Relaciones Intergeneracionales.

De una manera introductoria, podemos afirmar que la actividad física y el deporte pueden considerarse como uno de los contextos más influyentes en la sociedad durante las últimas décadas. Su magnitud así como repercusión en los medios de comunicación, su relevancia a nivel político y su globalidad, hacen del deporte un marco muy propicio para la transmisión de valores que desemboquen en el desarrollo tanto personal como social de sus ciudadanos (Escartí, Pascual y Gutiérrez, 2005).

Así mismo, las actividades deportivas han sido consideradas como un excelente medio en lo que se refiere a la trasmisión de valores tanto educativos como culturales, como pueden ser la cooperación, la empatía, la valoración del esfuerzo, los hábitos saludables, la autonomía o el respeto (Cechinni, Montero et al., 2007). En ese sentido, si seguimos las recomendaciones que nos presentan Amat y Batalla (2000), para que se produzca una educación en valores, el deporte o práctica deportiva debe plantearse de forma que permita:

1. Fomentar el autoconocimiento y mejorar el autoconcepto.
2. Potenciar el dialogo como mejor forma de resolución de conflictos.
3. La participación de todos.
4. Potenciar la autonomía personal.
5. Aprovechar el fracaso como elemento educativo.
6. Promover el respeto y la aceptación de las diferencias individuales.
7. Aprovechar las situaciones de juego, entrenamiento y competición para trabajar las habilidades sociales encaminadas a favorecer la convivencia.

Para Ríos (2017) la práctica deportiva es una herramienta socioeducativa que favorece y promueve la transformación social, haciéndola más inclusiva y democrática y que puede aumentar las oportunidades de inclusión social a largo plazo de las poblaciones en situación de vulnerabilidad.

Como se ha dicho, uno de los objetivos del fomento de la práctica deportiva es mejorar la inclusión social de las personas, pero antes debemos conocer el término que indica que las personas no están incluidas. Según la Real Academia Española de la lengua, en adelante RAE:

Excluir (se): Poner (se) fuera de un lugar o situación.

Para Balsells (2011), el concepto de exclusión se entiende en referencia a los estados de necesidad o carencia que van más allá de la economía y se enmarcan en otros temas como la participación en la sociedad o el derecho al uso de espacios y servicios comunitarios.

Pero también debemos decir que la práctica deportiva en un contexto inclusivo no solo se va a llevar a cabo con personas jóvenes ya que la lógica de participar en proyectos de tipo comunitario es la participación de todo tipo de personas con el fin último de promover las relaciones sociales fomentando el sentido de comunidad entre las mismas satisfaciendo sus necesidades pertinentes. Además, si la experiencia quiere educar de una manera inclusiva, debemos percibir la diversidad como una oportunidad para enriquecernos a través de favorecer valores sociales de responsabilidad personal y colectiva, asumiendo un cambio en el entorno social.

Cuando a la actividad de carácter deportivo se le añade un objetivo socioeducativo como puede ser favorecer la inclusión social de jóvenes y menores, en ese momento se da cierta

complejidad ante las problemáticas y necesidades expresadas por los beneficiarios de la actividad: culturas y valores diferentes, diferentes edades e intereses totalmente contradictorios que obstaculizan la actividad deportiva. Además, las personas beneficiarias (jóvenes) que forman parte de un contexto particular como es su familia así como la pertenencia a una red de relaciones sociales. Para Dagkas (2016), la familia es un actor importante para el fomento de la actividad deportiva de los jóvenes. Pero a partir del periodo de la adolescencia, la influencia de la propia familia comienza a declinar y es ahí donde el grupo de iguales se vuelve muy importante, especialmente entre los compañeros de mismo género (Castillo, Balaguer et al., 2004). Así por tanto la participación con sujetos de similares características influye en gran medida en la adquisición de experiencias de los individuos en los diferentes contextos en los que se encuentre (Moreno, López et al., 2007).

Pero, las actividades deportivas no solo van a ir dirigidas a la población joven. Es en este aspecto donde trataremos la potenciación y el fomento de las relaciones intergeneracionales entre jóvenes y Mayores. Para Donati (1999) una sociedad que se caracteriza por ser más longeva, será aquella en la cual las distintas generaciones tengan que convivir un mayor número de años. Por tanto será necesario investigar las múltiples formas de interacción entre las propias generaciones ya sea en el contexto familiar, como en el comunitario como en la sociedad en general.

Para fomentar las relaciones intergeneracionales debemos hacer frente a un grave problema existente en la sociedad actual, que es el distanciamiento e incomunicación que se da entre las distintas generaciones, lo cual puede influir de manera negativa en la convivencia y cohesión social” (Martínez, Moreno y Escarbajal, 2017, p. 148). Además para Becerril, Bores y Rey (2017), el hecho de que las personas envejezcan, provoca que las relaciones sociales acaben

por reducirse y que la mayoría de las relaciones intergeneracionales se sucedan en el contexto de la familia.

En ese sentido, las relaciones intergeneracionales hacen referencia a un planteamiento de tipo sociopolítico y educativo clave para la mejora de las relaciones interpersonales dentro de cualquier colectivo social (Friedman, 1999). Evidentemente, muchas investigaciones apuntan a que las experiencias de tipo intergeneracional acaban por reportar una serie de beneficios físicos, cognitivos y sociales. Pero sí que es cierto, según nos dice Sánchez (2015), que no todas las relaciones entre distintas generaciones son beneficiosas para las personas implicadas además de que no es necesario que estas relaciones sean siempre positivas, ideales e idílicas. Es más, lo importante es que sucedan (Sánchez et al., 2007, p. 42).

La Fundación EDE (2015) plantea una serie de estrategias que se deben de tener en cuenta a la hora de plantear propuestas que potencien las relaciones intergeneracionales, y son:

- Evitar que las relaciones intergeneracionales sean anecdóticas y superficiales.
- Es difícil que se establezcan vínculos intergeneracionales mediante propuestas con un carácter extraordinario.
- Propuesta de este tipo es algo más que juntar personas de diferentes edades.
- El tipo de actividad, la metodología empleada y la acción de la persona responsable son fundamentales para potenciar las relaciones intergeneracionales.
- Los espacios influyen en el tipo de relaciones que se establecen.
- Las relaciones equitativas se provocan cuando hay un objetivo claro y motivador para ambas generaciones.

- El conflicto forma parte de las relaciones y es algo necesario para el proceso de aprendizaje como para la consecución del objetivo común.
- Evitar el sesgo gerontológico implicando al mayor número posible de generaciones.
- Partir de una visión comunitaria a la hora de programar actividades y proyectos intergeneracionales.
- Prolongar los programas y actividades para lograr relaciones intergeneracionales reales.
- Las personas participantes deben conocer los objetivos que se persiguen y sus dificultades, buscando la implicación total en el proceso.

3.2.1. Bienestar físico, mental, desarrollo individual en jóvenes y mayores a través de la práctica deportiva.

En España, la expectativa de vida está aumentando, al igual que en otros países del mundo. Sin embargo, la prolongación de la vida no siempre se acompaña de una buena calidad de ésta (tabla 1).

COMUNIDAD	EV	EVBS	MS	COMUNIDAD	EV	EVBS	MS
Andalucía	79.8	54.8	25	Extremadura	80.6	52.6	28.0
Aragón	81.7	59.1	22,6	Galicia	81	47.8	33.2
Asturias	80.4	53.8	22.6	Madrid	82.5	58.6	23.9
Baleares	81.6	57.8	23.8	Murcia	80.5	50.7	29.8
Canarias	80.4	54.5	25.9	Navarra	82.5	57.6	24.9
Cantabria	81.1	59.6	21.5	País Vasco	81.6	59.8	21.8
Castilla-La Mancha	81.5	55.2	26.3	La Rioja	81.8	62.8	19.0
Castilla y León	82.1	61.3	20.8	Ceuta y Melilla	79.5	52.2	26.7
Cataluña	81.6	55.2	26.4				
Comunidad Valenciana	80.6	52.5	28.1	Total	81.1	55.3	25.8

Tabla 1. Esperanza de vida (EV), Esperanza de vida con buena salud (EVBS) y años con mala salud (MS) en España.

Fuente: Ministerio de Sanidad y Política Social, 2010

Así mismo, según Isorna, M y Felpeto, M (2014), el hecho de que haya una disminución de la actividad física y del ejercicio físico (estilo de vida sedentario) es un hecho preocupante en todos los países del mundo con economías desarrolladas. Además, continúan diciendo que es a partir de los 25 años y a medida que las personas van envejeciendo cuando se da una reducción en la cantidad e intensidad de actividad física, lo que les provocará un desarrollo de enfermedades con sus respectivas limitaciones, siendo éstas últimas motivos o razones para justificar la no realización del ejercicio dadas las restricciones propias de cada

enfermedad y producidos por los problemas crónicos de salud y que se irán acentuando con la edad.

A todo esto, la buena noticia es que la merma de habilidades físicas que suceden habitualmente con la edad se puede prevenir e incluso revertir a través de una atención apropiada de nuestros niveles de condición y actividad física. Además, según el ACSM (American College of Sports Medicine), los beneficios del ejercicio regular y la actividad física contribuyen a un estilo de vida más saludable e independiente para los mayores, mejorando ampliamente sus capacidades y su calidad de vida (ACSM, 2001). Por otro lado, la práctica habitual del ejercicio se va extendiendo en mayor o menos medida en las últimas décadas, sobre todo para contribuir a la curación y rehabilitación de dolencias o enfermedades y/o por la prevención de otras. Para Isorna, M y Felpeto, M (2014) el hecho de que las personas dispongan de más tiempo libre una vez ya jubilados/as, debido a la prescripción médica o simplemente la existencia de polideportivos e instalaciones deportivas municipales que cuenten con programas dirigidos específicamente a las personas mayores, son alguna de las razones por las que éste grupo poblacional se inicia en algún tipo de actividad deportiva.

Aun así, y teniendo en cuenta el aumento en el número de personas mayores que se inician en una actividad deportiva, la cantidad es todavía muy baja. Para García Ferrando (2006), el 70% de las personas mayores suelen dar paseos y acudir al parque, una proporción similar realiza comprar y recados y un 10% manifiesta realizar deporte en un club o sociedad recreativa. Además, el 39% de las personas que tienen entre 55-64 años, considera que su forma física es buena o excelente, algo que no se corresponde con los datos de la tabla anteriormente aportada. En relación a la frecuencia de la práctica del deporte, el 51% de las personas de 55-64 años y el 54% de los mayores de 65 años realizan actividad física tres o más días por semana. En lo que

respecta a los motivos que llevan a realizar la práctica deportiva a los sujetos de edades por encima de los 55 años, destacan hacer ejercicio físico, mantener o mejorar la salud y la diversión entre otros (Moreno, Martínez et al., 2008).

De otra parte, para Jackson, Morrow et al., (2003) citado en Isorna, M y Felpeto, M (2014) la sociedad actual no favorece el desarrollo de la actividad física y la existencia de una serie de factores como pueden ser la automatización de las fábricas, los sistema de transporte o la amplia gama de equipos electrónicos en las viviendas han reducido de forma muy apreciable la necesidad de desarrollar trabajo físico y han fomentado el sedentarismo. Para ellos, el resultado de todo esto es que la vida se ha tornado en mucho más fácil lo que provoca de una manera compleja el encontrar tiempo y motivación suficientes para mantener una forma física aceptable. Además continúan diciendo que en un futuro se prevé que este fenómeno será aún más preocupante y que el desarrollo de la tecnología inalámbrica puede disminuir aún más la práctica de la actividad física.

Por tanto, no debemos olvidar que, aunque es irremediable envejecer, lo que si podemos cambiar o modificar es la velocidad o incluso la reversibilidad potencial de este proceso. Así pues a través del ejercicio y la actividad física de forma regular, podemos contribuir a mantener y desarrollar un estilo de vida más saludable e independiente para las personas mayores, lo que provoca una mejora de sus capacidades funcionales así como la calidad de vida.

Por otra parte, debemos decir que los beneficios que puede brindar la actividad físico-deportiva a la salud psicológica, no son tan evidente como en el caso de la salud fisiológica, sin embargo y según Kravitz (2007) citado en Isorna, M. y Felpeto, M. (2014), estudios en ésta línea han revelado que el ejercicio físico mejora el estado de ánimo, disminuye la depresión y la

ansiedad, eleva el vigor, la autoestima y mejora el enfrentamiento al estrés de la vida cotidiana. Siguiendo con esta tendencia, Márquez (1995), recopila una serie de beneficios que proporciona la actividad físico-deportiva a la salud psicológica, donde se menciona que el ejercicio ayuda a reducir el estado de ansiedad, depresión, los niveles de neocriticismo, el estrés, produce efectos emocionales beneficiosos en todas las edades y sexos y mejora los procesos cognitivos, aumentando la capacidad cerebral.

Así mismo, el entorno social de las personas también se puede beneficiar de la práctica de actividades físico-deportivas ya que como nos dice Barrios et al., (2003), el ejercicio ofrece oportunidades de distracción e interacción social, debido a que a través de ellas se desarrolla el sentido de responsabilidad así como el trabajo en equipo y puede ser muy útil si se emplea en contra de vicios, la delincuencia y la violencia. Además favorece el aprendizaje de los roles del individuo, las reglas sociales, refuerza la autoestima, el auto concepto y el sentimiento de solidaridad y de identidad (Teixeira y Kalinoski, 2003).

En definitiva, la actividad física mejora la salud física y mental, permitiendo a las personas desarrollarse de una manera integral en sus diferentes entornos sociales, siendo esto componentes esenciales, independientes, necesarios y relacionados con la calidad de vida positiva (Llopis, 2008).

Por otra parte, en el caso de los y las adolescentes debemos considerar primero que se trata de un periodo caracterizado por la disminución de la actividad físico-deportiva, especialmente por parte de las mujeres (Haugen, Sáfvénbom et al., 2011) y un aumento del sedentarismo en las sociedades desarrolladas. Esto es provocado, como ya vimos con las personas mayores, por el crecimiento de la tecnología y la aparición de actividades de ocio

pasivas que han relegado a un segundo plano a la práctica de la actividad física (García Ferrando, 2006).

Este hecho suscita una gran preocupación social dados los beneficios, tanto para la salud física como para la salud psicológica asociados con dicha enfermedad (Lindwall y Martin, 2006). Así mismo, ésta situación también es alarmante desde un punto de vista sanitario, pues acarrea consecuencias como la obesidad y elimina el impacto positivo que la vida activa tiene sobre la salud. Por tanto, la lucha contra ésta lacra social y más concretamente en el caso de la adolescencia, se erige como un problema prioritario de educación y de salud pública con el objetivo de paliar su incidencia en estos años de transición entre la infancia y la edad adulta (Lubans et al., 2011) citado en Macua, A. & Ahedo, R. (2016).

Como hemos dicho, en la adolescencia éste fenómeno ha alarmado a los investigadores, debido a que se trata de una etapa crítica para el ser humano en la que se asientan muchos de los hábitos que se van a desarrollar el resto de la vida (García & Carrasco, 2002). Además, durante estos años se producen cambios importantes que pueden afectar al bienestar, dado que se consolidan factores como son la identidad personal y social (Esnaola, 2005). Es preciso por tanto poder identificar los posibles factores asociados con la actividad físico-deportiva durante el periodo de la adolescencia (Fernández-Río, Méndez-Giménez et al., 2012) entre los que destaca el auto concepto y más en concreto, el auto concepto físico.

El auto concepto se considera determinante en el desarrollo del adolescente (Esnaola, 2005). En concreto, su dimensión física, que según Stein (1996), se define como el conjunto de percepciones que se posee sobre la propia habilidad y apariencia física, juega un papel fundamental. Así mismo para Cardenal (1999), éste tipo de autovaloraciones interpreta y

proyecta al exterior el conjunto de cambios físicos que se van produciendo, manifestando el nivel de adaptación hacia ellos además de que su influencia puede trasladarse hacia otros ámbitos vitales como puede ser el académico, el deportivo o el social. De igual forma, la percepción del concepto físico puede reflejarse en la adquisición de diferentes hábitos de salud, como la práctica de actividad física, alimentarse correctamente o alejarse de conductas nocivas (Carraro, Scarpa & Ventura, 2010; Guillem & Ramírez, 2011).

El auto concepto físico conforma uno de los principales dominios del auto concepto general, dentro de una concepción jerárquica y multidimensional según Shavelson, Hubner y Stanton (1979), diferenciándose, dentro de él, cuatro dimensiones o subdominios como son: La habilidad física, la condición física, el atractivo físico y la fuerza.

En ese sentido, las evidencias aportadas por la investigación previa, indican que quienes realizan alguna actividad física de manera asidua, manifiestan mejores autopercepciones, sobre todo de su habilidad física y de su condición física que quienes la realizan con menor asiduidad (Contreras, Fernández et al., 2010). En cambio, la percepción de la apariencia física propia mantiene menor relación con la actividad física más o menos asidua según Fox y Corbin (1989), a pesar de haberse encontrado también beneficios de la actividad en la percepción del atractivo físico en algunos estudios (Haugen et al., 2011; Klomsten, Skaalvik et al., 2004). Si nos atenemos únicamente a la variable sexo, en estudios realizados únicamente con hombres se ha comprobado que quienes realizan actividad físico-deportiva tienen mejores percepciones de su condición y fuerza (Raustorp, Stahle et al., 2005), de su competencia deportiva, atractivo, condición, fuerza así como mejor auto concepto físico general (Fernández, Contreras et al., 2010). Así mismo, en estudios en los que solo participaron mujeres, han encontrado que quienes realizan actividad físico-deportiva presentan mejores índices en la percepción de su condición

(Knowles, Niven et al., 2009), de su habilidad y percepción (Fernández et al., 2010), en el auto concepto físico y en la percepción de su apariencia (Biddle y Armstrong, 1992), así como en la auto percepción de fuerza y atractivo (Raustorp et al., 2005) o de competencia deportiva, condición, fuerza y en el auto concepto físico y general (Altintas y Asci, 2008).

Así mismo, según Biddle (1997), en lo que se refiere a la relación entre el autoconcepto físico y la actividad físico-deportiva, sostiene que la mejora del autoconcepto físico es uno de los beneficios atribuibles a la actividad física. Pero en el caso de los adolescentes, no solo debemos hablar de la práctica deportiva como mejora de la imagen corporal y el autoconcepto, sino también de los factores relacionados con el comportamiento de los y las adolescentes hacia el deporte, así como el apoyo social percibido y la salud, en conjunción con otras variables socioculturales (género, edad, nivel de estudios o nivel socioeconómico) que han demostrado tener una relación directa con la persistencia de hábitos deportivos en etapas vitales posteriores (Ponce de León y Sanz, 2014).

En relación a esto, uno de los factores clave a tener en cuenta es la motivación que mueve a los y las adolescentes a la práctica físico-deportiva en el tiempo libre (Martínez et al., 2012). Dado que el disfrute es el principal motivo de práctica físico-deportiva, parece deseable que la promoción de la adherencia a la actividad deportiva pueda fomentarse no solamente en espacios, donde surgen oportunidades diversas para la práctica motriz (Lubans et al., 2011), y donde el docente de educación física puede jugar un papel determinante (Martínez et al., 2012), sino también a través de actividades de ocio que resulten atractivas para los adolescentes (Brooke et al., 2011) citado en Macua, A. & Ahedo, R. (2016). Es por ello que, estudios recientes plantean la necesidad de que las estrategias públicas de intervención se planteen de un modo

cercano a los adolescentes, dando respuestas conectadas a las expectativas, intereses y demandas sociales y juveniles (Martínez et al., 2012) citado en Macua, A. & Ahedo, R. (2016).

El género es también otra variable que da lugar a diferencias en lo que se refiere a la práctica deportiva adolescente. En concreto, diversos autores manifiestan divergencias entre chicas y chicos, referidas tanto a la propensión a realizar actividad física (Martín-Matillas et al., 2011) así como a las motivaciones (Martínez et al., 2012), las actividades escogidas (Ransdell, Vener et al., 2004) o al descenso de la práctica deportiva, el cual es bastante más acusado para las féminas (Jose et al., 2011), llegando a triplicar al índice de abandono masculino (Valdemoros, Sanz y Ponce de León, 2012). Además, en el caso de las chicas adolescentes, determinadas cuestiones psicológicas pueden alejarles de la práctica de ocio deportivo.

Por otra parte, en el caso de los chicos, y siguiendo a Ransdell, Vener et al., 2011, estos muestran una mayor auto-eficiencia a la hora de superar barreras potenciales para practicar deporte. Por último, ellas se muestran menos permeables a la baja valoración de la actividad físico-deportiva practicada, en tanto que a ellos las estimaciones extremas les condicionan y pueden motivar el abandono del hábito deportivo (Ponce de León y Sanz, 2014).

Otra variable a considerar y que puede tener un impacto en la adherencia de la práctica deportiva y en sus beneficios es su desarrollo como práctica de ocio libre u organizada. En ese sentido, las actividades que se realizan de una forma más organizada y en conexión con la comunidad pueden potenciar la adquisición de competencias valiosas, las relaciones sociales y el desarrollo y confirmación de identidades positivas (Eccles, Barber et al., 2003). Además, este desarrollo de actividades en grupo puede contribuir a incrementar la participación en actividades

deportivas en la vida adulta (Ransdell, Vener et al., 2004) citados ambos en Macua, A. & Ahedo, R. (2016).

3.3. La Práctica del Deporte y Recreación Comunitaria como Ocio Alternativo

Por otra parte, consideramos que el fomento de la actividad física/deporte, es una buena forma de recreación comunitaria. En ese sentido nos surgen dudas acerca de lo que es la palabra “*Recreación*”. Se trata de un término al que se le dan muchos significados siendo el último una disciplina de tipo formativa y enriquecedora de la vida humana.

“El origen de esta palabra lo encontramos en los comienzos del hombre, con un espacio de tiempo concreto para realizar actividades que no estuvieran relacionadas de una manera directa con la producción” (Azcuay, M.Z, Corbo, M.C. y Cuesta, L.A., 2010, p.2). Pero no es hasta los inicios de la industrialización, que se dan las condiciones para que la recreación se estableciese como una necesidad determinante en los hombres, junto con una serie de cambios socioeconómicos que se produjeron. En ese momento, la recreación tenía como función principal la regeneración de las fuerzas que se gastaban en el trabajo, de tal forma que el hombre se sintiera recuperado quedando en condiciones para iniciar sus tareas laborales.

Pero esta perspectiva equivalía a reducir al hombre a “puro funcionario” que necesita pausas de descanso tan solo para seguir produciendo sin dificultades.

“En nuestros días, a la recreación se le considera como una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que expliquen experiencias enriquecedoras, un sistema de vida para ocupar positivamente las horas libres y una fase importante del proceso total” (Azcuay, M.Z, Corbo, M.C. y Cuesta, L.A., 2010, p.3). Además, continúan diciendo que la recreación

debe representar una fuerza activa mediante la cual, lejos de ser una forma de evasión del trabajo, se trate de una actividad para el desarrollo del individuo a plenitud.

“Considerada desde el punto de vista técnico-operativo, la recreación es la disciplina cuyo propósito es utilizar las horas de descanso (tiempo libre), en el cual el hombre puede aumentar su valor como ser humano, así como miembro de una comunidad, ocupando este tiempo con actividades creadoras y motivándolo para que se enriquezca en los dominios profesional, artístico-cultural, deportivo y social” (Azcuy, M.Z, Corbo, M.C. y Cuesta, L.A., 2010, p.5). Según los autores y las autoras mencionados, las principales características socio-psicológicas de la recreación en todas sus formas son las siguientes:

- Las personas realizan las actividades recreativas por sí mismas es decir, libres de cualquier obligación.
- Las actividades recreativas brindan a los participantes una satisfacción inmediata.
- El elemento esencial de la recreación no se encuentra en los resultados, sino en el disfrute a través de la participación.
- La recreación es una forma de participación en la que el hombre siente lo que hace y hace lo que siente como expresión de una necesidad que se satisface.

Es aquí donde pretendemos incidir con la puesta en marcha de una propuesta innovadora, conseguir que las personas quieran por iniciativa propia participar en la actividad con el objetivo tanto de su disfrute pleno como en el fomento de la comunidad y de la participación comunitaria. Este es el punto central de nuestra intervención, que las personas puedan cooperar en pro de dar respuesta o satisfacer una serie de necesidades. Además, mediante

los valores que promueve el deporte, se debe conjugar la identidad cultural con las necesidades propias y el aprovechamiento del entorno.

Así mismo “cada comunidad, de acuerdo a sus características, debe adoptar estrategias respetando las condiciones reales de tipo humano, físico, social y ambiental, lo que masificará las oportunidades de participar y los efectos en la salud integral, especialmente la integración social, atendiendo a sus propias formas de organización que favorezcan la gestión participativa en la comunidad” (Casilla, 1994, p. 102).

3.4. Análisis Crítico de una Experiencia de Desarrollo Comunitario a través del Deporte

Como hemos dicho desde un principio, este TFM va a estar formado por tres capítulos. En el primero hemos desarrollado el concepto de Desarrollo Comunitario, sus características particulares, así como las peculiaridades de las que se componen los procesos de este tipo. Ya en el segundo capítulo, se ha establecido una relación entre el Desarrollo Comunitario y la práctica deportiva ya sea como recreación comunitaria, para fomentar en sí las relaciones interpersonales o mencionando los efectos que tiene la práctica deportiva en el bienestar físico, emocional y psicosocial de las personas centrándonos en jóvenes y personas mayores.

Por tanto, ahora llevaremos a cabo un análisis exhaustivo de una experiencia desarrollada en la ciudad/provincia de Palencia, donde citaremos los aspectos positivos que tiene ésta como experiencia de Desarrollo Comunitario en sí, pero a la vez intentaremos extraer algunos aspectos negativos que nosotros consideramos que existen y que provocan que la experiencia no sea todo lo enriquecedora que se presuponía que fuese. Además, a partir del

análisis de la experiencia en cuestión, se desarrollará una propuesta de intervención de carácter propio donde se implementarán fórmulas novedosas que permitan dar respuesta a los aspectos negativos anteriormente citados.

La experiencia que se va a analizar se llama “Actividad de Orientación Intergeneracional de Magaz de Pisuerga” y se realiza en la localidad de Magaz de Pisuerga, al lado de Palencia. Se trata de una actividad con una serie de objetivos:

- Comprender los diferentes tipos de relaciones intergeneracionales que se suceden en las actividades físicas.
- Analizar las posibilidades educativas intergeneracionales de la orientación deportiva.
- Plantear alternativas metodológicas a partir de los resultados obtenidos.

Así mismo, se trataba de una actividad realizada con un mapa creado para este tipo de pruebas, donde se marcan varios tipos de control por donde los participantes debían pasar para completar el recorrido previsto. Era una actividad para todos los públicos, con el único objetivo de disfrutar de la práctica deportiva sin importar la motivación que se tuviese y con dos objetivos claros:

1. El deseo expreso de participar
2. Participar en parejas formadas por dos personas que presentaran una diferencia de edad de, al menos, 15 años.

Por último, además de buscar que las personas participasen, se buscaba una participación de tipo intergeneracional, es decir, que personas de diferentes generaciones se relacionasen para realizar la orientación y para generar nuevos vínculos para situaciones fuera de la actividad propia de orientación.

Como hemos dicho, esta actividad se llevó a cabo en la localidad de Magaz de Pisuergra, concretamente se sitúa en la urbanización del castillo, situada a las afueras del casco antiguo del pueblo, cruzando una carretera que separa el propio pueblo y la urbanización, por lo que la actividad fomentaba la unión de ambas zonas. Se trataba de una actividad donde participaban personas del pueblo, de la urbanización y de fuera, comenzando la orientación en la puerta de un club privado que estaba situado en la misma urbanización, donde solo tienen acceso los propietarios y socios de allí. Esta actividad se tiene en cuenta que los participantes son muy diversos y que cuentan con diferentes capacidades y necesidades por lo que se adaptó el recorrido para que todas las personas pudieran participar.

Una vez que se les presentó la actividad a las personas participantes, se les dividió en dos grupos: uno para los que ya habían participado otros años y necesitaban una explicación previa corta centrada principalmente en los riesgos de la actividad pero menos en nociones básicas de orientación. Y por otro un grupo que no había participado nunca y no conocía la orientación deportiva, a los cuales se les explicó de una manera más detenida, recalcando los posibles riesgos y peligros durante el recorrido.

3.4.1. Aspectos Positivos de la Experiencia Mencionada

Tras conocer en qué consistió la experiencia planteada, es necesario analizarla de una manera exhaustiva. Comenzando por los aspectos positivos consideramos que se trata de una experiencia que en sí fomenta las relaciones intergeneracionales aun sabiendo que coger a dos personas cuya diferencia de edad sea de mínimo 15 años es un poco complicado y en algunas ocasiones es imposible. Se trabaja con todas las personas de una manera coordinada, explicando

la experiencia a todo el mundo con el objetivo de que la gente pueda entenderlo. Otra de las pretensiones de la actividad es dar importancia a la práctica deportiva como tal, sin importar la motivación en sí que tenga las personas, es decir, da igual si las personas quieren competir o entrenar con otras personas, si quieren relacionarse con otras personas, conocer gente, disfrutar de la naturaleza, pasar un día en familia o compartir tiempos con amigos/as. Otro aspecto a favor es que era una actividad abierta a todas las personas y abierta a todo tipo de motivaciones donde cada persona elegía un motivo para realizarla y sin ningún tipo de segmentación en la población.

También es importante destacar como éste tipo de actividades buscaban ya no solo la participación de las personas, sino la generación de vínculos con otras personas a través de la orientación intergeneracional y que estos vínculos puedan servir para situaciones de la vida misma, de la vida persona y que no tuvieran que ver con actividades así. En ese sentido, consideramos que el Desarrollo Comunitario, su fomento y potenciación puede ser de gran ayuda a la hora de desarrollar actitudes y vivencias compartidas entre todas las personas y que éstas puedan continuar en un futuro.

3.4.2. Aspectos Negativos de la Experiencia Mencionada

Destacados ya los aspectos positivos de la actividad desarrollada, debemos reflexionar acerca de aquellos puntos que consideramos que no cumplen las expectativas a la hora de fomentar el Desarrollo Comunitario. De una manera general consideramos que el hecho de solo realizar una actividad global no es suficiente para fomentar las relaciones entre comunidades, barrios y personas. Para alcanzar esto, se debería realizar un programa completo con varios tipos de actividades, donde se fomente el desarrollo de la comunidad a partir de la práctica deportiva.

Con esto queremos afirmar que solo una actividad por muy bien hecha que esté no es suficiente debido a que en caso de que se den nuevas relaciones entre personas, es probable que, una vez terminada ésta actividad, las personas no se vuelvan a ver y por tanto éstas relaciones no se mantengan y se acaben por diluir u olvidar.

A través de un programa completo con varias actividades a lo largo de un año, creemos que se puedan potenciar aún más las relaciones sociales y comunitarias entre las personas, además de que se puedan mantener y perdurar durante más tiempo.

Otro punto negativo de la actividad que debemos mencionar es que es probable que las relaciones intergeneracionales que se prevé que existan en la actividad sean entre familiares (padres-hijos, abuelos-nietos) lo que dificulta la creación de relaciones intergeneracionales fuera del ámbito familiar. Estas relaciones en muchas ocasiones se ven forzadas por el vínculo familiar que los une, por lo que los resultados que se obtengan serán mucho más forzados y por tanto no garantice la continuidad en el tiempo ni el carácter voluntario de la relación.

4. CAPÍTULO 3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN A TRAVÉS DEL PROGRAMA “ESFUERZO COMUNITARIO”

NATURALEZA DEL PROYECTO

Esta propuesta de intervención plantea la implementación de un programa destinado tanto a población joven, como adulta, como a personas mayores que vivan en la ciudad de Palencia y que pretende proporcionar una intervención social y comunitaria mediante la realización de actividades deportivas y recreativas con el objetivo de mejorar la convivencia, el

fomento de la comunidad y las relaciones sociales y personales de todas las personas participantes.

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Como se ha mencionado en el capítulo primero del Trabajo de Fin de Master, el concepto de Desarrollo Comunitario hace referencia a una serie de procesos de transformación social cuyo objetivo prioritario es mejorar las condiciones de vida de personas que habitan un territorio determinado junto a la toma de decisión propia. Para conseguir esto, se trabaja mediante una participación activa y democrática junto técnicos, políticos y población en general. En la actualidad, se han llevado a cabo experiencias de distinto tipo donde el deporte ha sido especial protagonista en el fomento de las relaciones sociales así como en el fomento y la potenciación de la autonomía y de la toma de decisiones de las propias personas participantes en las actividades.

Pero si hemos detectado en la experiencia analizada, que la implementación de actividades sueltas no es suficiente para conseguir alcanzar una buena potenciación de la comunidad. De ahí la necesidad de implementar un programa global, práctico y vivencial en el cual se lleven a cabo varias actividades deportivas y lúdicas a través de las actividades basadas en la vida cotidiana, en la realidad de los barrios en los que viven o en las consecuencias de la no participación en actividades de éste tipo encarnadas en la experiencia de personas que han participado en procesos de desarrollo comunitario y utilizando el deporte como herramienta de inclusión.

FUNDAMENTACIÓN JURÍDICA Y NORMATIVA

Ámbito Estatal

- Ley 23/1998, de 7 de Julio, de cooperación internacional para el Desarrollo.
- Ley 10/1990, de 15 de Octubre, del Deporte
- Ley 19/2007, de 11 de Julio, contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte

Ámbito Autonómico

- Ley 3/2019, de 25 de Febrero de 2019, sobre la Actividad Físico-deportiva de Castilla y León.
- Ley 18/1988, de 28 de Diciembre de Acción Social y Servicios Sociales.

MARCO TEÓRICO DE LA INTERVENCIÓN

Mediante esta propuesta se plantea una intervención basada en diferentes modelos, el principal es el modelo de atención centrada en la persona, propio del Trabajo Social. Este modelo o perspectiva dirige la actuación profesional junto a las personas destinatarias y al mismo tiempo constituyen el eje central sobre el que se basa la intervención donde están presentes en todo proceso. Desde el modelo de atención centrada en la persona, se sitúa a la persona destinataria en el centro del proceso de la intervención, a través del cual se lleva a cabo una atención de carácter personalizada atendiendo a sus características, gustos, preferencias y necesidades además de considerar a la persona como única e irrepetible portando unas características que la definen.

Así mismo, “la atención integral y centrada en la persona es la que promueve las condiciones necesarias para la consecución de mejoras en todos los ámbitos de la calidad de vida y el bienestar de la persona, partiendo del respeto pleno a su dignidad y derechos, de sus intereses y preferencias y contando con su participación efectiva” (Rodríguez, 2013). A través de este modelo utilizado principalmente en el Trabajo Social, se persigue promover y empoderar a la persona para conseguir minimizar su situación de exclusión, de necesidad, de fragilidad a través del fomento y potenciación de sus capacidades y de su autonomía personal mediante una serie de apoyos, en base al proyecto de vida que la propia persona cree que necesita. Estos apoyos serán consensuados junto con la persona destinataria de la intervención fomentando la participación de éstas en el proceso.

Esta parte la podemos relacionar con los objetivos que tiene el desarrollo comunitario que, como dijimos, se trataba de un método de intervención al igual que el de Atención Centrada en la Persona, donde se pretende mejorar las condiciones económicas, sociales y culturales, no ya de las propias personas sino de las comunidades propiamente dichas y donde los resultados obtenidos pueden ser evaluados continuamente. Al igual que el modelo de Atención Centrada en la Persona, el desarrollo comunitario pretende potenciar las capacidades participativas de las personas junto con las estructuras mediadoras.

En el caso de nuestra intervención, partiendo de que pretendemos que vaya muy orientado a actividades deportivas y lúdicas, y que a través de ellas se potencien los aspectos social, relacional y comunitario. Así mismo, es necesario prestar atención al pronóstico que podría darse en caso de no intervención del programa social sobre la problemática. Este sería:

- Una reducción de redes y lazos sociales en barrios de la ciudad de Palencia lo que puede repercutir en problemas como obesidad, sedentarismo, violencia etc...
- Incapacidad de desarrollar estrategias que fomenten la cooperación y el sentido de la comunidad en la propia población.
- Aumento de los comportamientos y actitudes problemáticas entre personas y comunidades y barrios.

Esta intervención también tendrá un carácter transversal, ya que se van a coordinar los diferentes recursos y servicios disponibles, así por tanto, a la hora de la puesta en marcha y realización del proyecto, no solo estará la Trabajadora Social como coordinadora principal del programa sino que será necesaria la participación de profesionales con otros perfiles como pueden ser orientadores, profesionales de educación física, educadores, psicólogos o mediadores, utilizando un modelo de trabajo multidisciplinar. Además, no solo se trabajará con profesionales de otras disciplinas, sino también en colaboración con otras entidades ya sean de la propia ciudad de Palencia o de otra ciudad, provincia o servicio específico que traten de una manera general el tema de la participación en actividades comunitarias y deportivas y su fomento y potenciación, con el objetivo de recabar más información, nuevas actividades e ideas que puedan ser implementadas en un futuro a corto-medio plazo.

PERSONAS DESTINATARIAS

Las personas a las que va dirigidas el programa serán aquellas que estén dispuestas a Participar y que estén residiendo en la propia ciudad de Palencia, sin importar el barrio en cuestión, la edad o las características de las personas o familias. Consideramos que, involucrando a la mayor cantidad de personas posible, fomentamos la cooperación, la participación

comunitaria y los apoyos mutuos ante determinadas situaciones y en contextos totalmente diferentes.

ENTIDAD RESPONSABLE

La entidad responsable de poner en marcha el programa será el Ayuntamiento de Palencia, más concretamente a través de la responsable de coordinación que será la Trabajadora Social junto con entidades que trabajen el desarrollo comunitario, así como asociaciones deportivas que nos puedan prestar material para nuestras actividades. Además del ayuntamiento de Palencia, también podrá participar en la financiación del programa, la Junta de Castilla y León, utilizando el modelo del programa para la puesta en marcha de otros proyectos de este tipo en otras provincias de nuestra comunidad autónoma o en otras comunidades autónomas. Junto a la Trabajadora Social, responsable de coordinación, también participará un equipo multidisciplinar formado por Psicólogos, Orientadores, Mediadores, Profesorado de Educación física.

PLANTEAMIENTO DE LA INTERVENCIÓN

Aunque nuestro programa será desarrollado por un equipo multidisciplinar formado por profesionales de otras disciplinas como ya hemos mencionado, éste programa seguirá un enfoque de tipo social-comunitario debido a que es la que mejor se adapta a la consecución de nuestros objetivos o metas, además tendrá como coordinadora principal a una Trabajadora Social, una profesión donde el enfoque de carácter social es primordial y donde también puede influir en procesos de tipo comunitario. Para Escartin (1998), el Desarrollo Comunitario es un movimiento de mejora de la comunidad mediante o a través de la participación autónoma o inducida de ésta y/o inducida de ésta, siendo desarrollo comunitario tanto la propia acción como

la mejora derivada de ella. Para ello, trata de potenciar como valores la participación y el liderazgo, utilizando como principal instrumento de intervención el trabajo con grupos de la comunidad. Se centra en el proceso de construcción de la comunidad; se trata de capacitar a la misma para establecer el consenso por la vía de la identificación de los intereses comunes, el desarrollo del liderazgo y de la educación.

La Trabajadora Social, como principal coordinadora del programa, llevará a cabo una serie de funciones:

- Función preventiva, de promoción y de inserción social: Su objetivo principal es garantizar la plena integración de todas las personas/familias en las actividades que propone el programa.
- Función de atención directa: Es la intervención que se realiza con todas y cada una de las personas y/o familias, de una manera individualizada. Esta función es básicamente trabajar con los recursos propios de cada persona con el objetivo prioritario de que a través de la participación en las actividades y que puedan potenciar sus habilidades y capacidades a la hora de dar respuesta a la problemática en cuestión o conseguir lograr el cambio que precisen.
- Función de coordinación: Dentro del equipo multidisciplinar, a la profesional del Trabajo Social se la considera como especialista de lo social en organizaciones y servicios. Por tanto, esta persona debe conocer los diferentes recursos y actividades que se van a llevar a cabo en el programa e informar y orientar a las personas a las personas participantes y a los demás profesionales de otras disciplinas para incorporar los planes de actuación de cada persona.

Por tanto, el programa colaborará con profesionales pertenecientes a otras disciplinas como son la psicología, la mediación, la orientación o la educación física con el objetivo de llevar a cabo una buena implementación del programa y que la intervención con todas las personas tenga un carácter integral es decir, en todos los aspectos de la vida de las personas (psicológico, educativo, físico, psicosocial y relacional). Así mismo, y como complemento a la colaboración con otras entidades o servicios, también se empleará una metodología interactiva a través de la creación de un espacio que propicie el dialogo entre los profesionales que ponen en marcha el programa y las personas participantes, así como el seguimiento de cada uno ellos/as, la escucha activa de las demandas e inquietudes de los y las participantes.

Por otra parte, las actividades propuestas en el programa, buscan que las personas participantes las desarrollen de una manera activa, conociendo y colaborando con las demás personas, sin ningún tipo de miedo, y dejando de lado la timidez, fomentando la comunidad y el compañerismo en definitiva, abriéndose ante nuevas situaciones y no solo con los compañeros y compañeras sino también con los profesionales encargados del programa mediante el feedback. Todo esto se pretenderá conseguir a través de las actividades donde se emplearán recursos materiales, creativos y novedosos que permitan captar la atención de las personas residentes en los barrios de la ciudad de Palencia, ya que los medios que se utilizan condicionan la eficacia del mensaje.

OBJETIVOS QUE PRETENDEN LOGRARSE CON LA INTERVENCIÓN

Este programa de intervención con personas residentes en la ciudad de Palencia tiene como objetivo principal una mejora de las relaciones sociales entre todas las personas, así como la potenciación y fomento de las relaciones comunitarias a través de la participación de los

mismos en diferentes actividades que contribuyan a alcanzar este objetivo prioritario. Así mismo, como objetivos específicos de la intervención, podemos destacar los siguientes:

- Facilitar y promover la participación de las personas y familias en dicho proceso.
- Que las personas participantes tomen conciencia de la importancia que tienen las relaciones con las demás personas con las que se comparte localidad, población o barrio.
- Que las personas reflexionen de una manera crítica de como las la falta de relaciones sociales y de comunidad puede afectar en la aparición de problemas de convivencia.
- Proporcionar a las personas una serie de herramientas a través de actividades deportivas que les permitan fomentar la cohesión de grupo y la participación comunitaria.
- Que las personas participantes conozcan alternativas de ocio deportivo incompatibles con los problemas de convivencia, conducta y violencia.

ACTIVIDADES PROPUESTAS

Para poder alcanzar los objetivos propuestos, se desarrollarán una serie de actividades en el programa. Al haber enfocado la intervención desde un punto de vista social y comunitario, la mayoría de las actividades tendrán esa visión pero siempre empleando el deporte como piedra angular de nuestro proyecto de intervención. Aun así, se realizarán actividades con perspectiva diferentes para abarcar otros ámbitos de la problemática.

La coordinadora principal de las actividades así como de todo el programa es la Trabajadora Social del Ayuntamiento de Palencia junto con las asociaciones de vecinos de cada barrio, pero debemos destacar que el desarrollo y propuesta de nuevas actividades durante la implementación del programa, se llevará a cabo incluyendo a todos los profesionales del equipo multidisciplinar. De ésta manera, si alguno de ellos detecta alguna carencia en las actividades, o

se requiere un nuevo planteamiento de estas, podrá formularlo y, tras un consenso, se podrá desarrollar.

Actividades desarrolladas entre profesionales

Estas actividades se desarrollarán por parte del equipo de profesionales que participan en el programa. Estas actividades tienen la finalidad de coordinar y monitorizar el correcto desarrollo del programa.

1. Reuniones semanales para analizar la evolución de TODAS las personas participantes en el programa, valorar la eficacia de las actividades desarrolladas, plantear cuestiones de interés (nuevas actividades necesarias, hablar de casos concretos específicos que tengan alguna dificultad).
2. Registro de la información relevante acerca de las personas/familias y sus actividades.

Actividades para desarrollar con las personas participantes

Como actividad introductoria, se llevará a cabo una pequeña presentación del programa en sí, mencionando los aspectos principales por los que nace este programa así como los propósitos que tiene y que quiere conseguir. Además se relacionará la práctica deportiva y su fomento con el Desarrollo Comunitario y como se puede alcanzar junto con los beneficios que tiene el deporte a nivel comunitario, personal, social y relacional. Junto a esto, también se resolverán las principales dudas que se tengan. Esta actividad será llevada a cabo por la Trabajadora Social (Coordinadora), junto con una representante del ayuntamiento de Palencia y un monitor de ocio/profesor de educación física.

Posteriormente, de una manera más individualizada podrán establecerse reuniones entre la Trabajadora Social que no es la coordinadora del programa junto con un monitor, educador y cada participante (en el caso de que sea una familia se hablará con la familia entera) por separado con el objetivo de conocer a cada persona y sus gustos, preferencias, aficiones y las razones o motivos por los cuales han querido participar en el programa y qué esperan de él. Los dos profesionales encargados de ésta actividad serán los encargados de resolver las dudas que tenga cada persona/familia y hacerles un pequeño seguimiento a lo largo de todo el proceso.

- **Plantación de huertos ecológicos urbanos:** A través de ésta actividad se pretende crear huertos en zonas estratégicas de la ciudad de Palencia. Consideramos que ésta actividad puede potenciar el apoyo entre todas las personas participantes. Así mismo, mediante la creación de éste tipo de zonas se pretende también fomentar una alimentación más saludable. El hecho de plantar huertos y sobre todo mantenerlos, es una labor que implica tiempo y ganas por tanto consideramos que las personas participantes deben ponerse de acuerdo en relación a quien planta el huerto y quien cuida el huerto. Es ahí donde se pueden dar relaciones de tipo comunitarias, a través del debate, y la participación de todas las personas en el proceso.
- **Mejora de infraestructuras de los barrios:** Esta actividad consiste en, previa reunión conjunta de las personas participantes, mejorar zonas de los barrios que se han quedado obsoletas con el paso del tiempo, alguna fachada, parques infantiles para los niños y niñas, los vestuarios del campo de futbol, cortar el césped. Se trata de otra actividad que puede implicar a todas las personas en la mejora de ciertas partes o lugares de los barrios en cuestión.

- **Excursiones por el monte:** Se trata de una actividad más física que las anteriores. Pretendemos que a través de un deporte tan saludable como es el de andar, que las personas puedan estar en contacto con la naturaleza, conociendo parajes naturales como el monte el viejo.
- **Jinkana:** Esta actividad consiste en la realización de una Jinkana en la propia ciudad de Palencia. En distintos puntos de la propia ciudad habrá una serie de puestos en los que se valore como se ésta desarrollando la actividad así como para ir cogiendo las distintas pistas de cada puesto y llegar al siguiente punto de encuentro. Las pistas serán respuestas a preguntas previamente preparadas que las personas deben contestar. Para fomentar la colaboración mutua entre las personas, creemos conveniente que los grupos de las personas participantes sea conformado por personas que no se conozcan, que no tenga vínculos entre sí, esto potenciará la creatividad a la hora de tomar las decisiones en la propia jinkana.
- **Actividad de orientación en grupo:** Es una actividad bastante similar a la Jinkana. La diferencia es que en ésta ocasión las personas que se encuentran en los puestos de cronometraje, pueden cambiar la dirección hacia la que las personas tienen que ir para alcanzar la meta. Esto es, que pueden mentir y cambiar el sentido de las pistas. Así pues las personas deben guiarse por su orientación y su instinto para resolver los enigmas que se les planteen. Consideramos que en esta actividad sea conveniente la formación de grupos con diferentes personas con las que se ha participado en otras actividades.
- **Torneo de fútbol sala:** Consiste en partidos de fútbol sala, de menor duración que los partidos oficiales, aproximadamente 10 minutos cada parte con un descanso de 5, con el objetivo de que no se alarguen demasiado, y cada cierto tiempo el árbitro parará el

partido y jugadores de los dos equipos cambiaran de lado (de equipo), esto implicará que todos los integrantes se adapten a jugar cada cierto tiempo con compañeros nuevos, mediante esto se pretende conseguir la participación de todas las personas, su implicación en la actividad que se esté llevando a cabo así como el compañerismo, el trabajo en equipo y el esfuerzo para conseguir ganar el partido.

- **Torneo de baloncesto:** Es una dinámica similar a la del fútbol sala, pero en lugar de ser el tiempo de 15 minutos cada parte, será de 10 minutos en total. Además no habrá 5 jugadores como en el fútbol sala, sino que serán partidos de 3x3 (3 jugadores por equipo). Aquí también se mantendrá la regla de cada cierto tiempo cambiar jugadores de equipo, igual que en el fútbol sala.
- **Actividad de Expresión corporal a través de la música:** Otra actividad de carácter deportivo y físico, en la cual a través de la música y más concretamente de diversos estilos de la misma se pretende poner en marcha mecanismos de expresión corporal. A través de esto se favorece la escucha activa, la expresión de sentimientos, ideas y representaciones, la comunicación con el espacio así como con los demás.
- **Taller de artesanía:** Pretendemos que, así como en la actividad anterior las personas han empleado la música como método de expresión, en este caso utilicen su creatividad, ingenio y originalidad para la creación de elementos decorativos como pueden ser vasijas de cerámica, aprendan a pintar cuadros en un lienzo.
- **Taller de habilidades sociales y resolución de conflictos:** Se trata de un taller enfocado en el trabajo de las habilidades sociales de las personas, así como la autoestima, la resiliencia el autoconocimiento y la capacidad de las personas de tomar sus decisiones y mostrar su opinión sin ningún tipo de coerción y/o prohibición. Así mismo, creemos

importante practicar la resolución de conflictos y su afrontamiento ante determinados problemas que pueden surgir en la vida cotidiana y se pueda focalizar en el futuro de las personas.

Actividades de promoción y difusión

Además de intervenir directamente con las personas, se desarrollarán actividades de difusión del programa, tanto antes de su realización como después de ella.

1. **Charla-Taller:** para presentar el programa antes de su desarrollo, será presentado en cada uno de los CEAS de la ciudad de Palencia, así como en la plaza del ayuntamiento. Recoger las sugerencias que tengan todas las personas y familias que deseen participar. Los implicados principales serán las propias personas y familias que viven en la ciudad de Palencia junto al equipo multidisciplinar que desarrollará el programa.
2. **Charla-Taller:** para presentar los resultados obtenidos tras la implementación del programa, la percepción de las personas y familias que han participado así como sugerencias y mejoras para programas futuros, y nociones básicas sobre Desarrollo Comunitario y su potenciación a través de la actividad deportiva. Los implicados serán los profesionales del equipo multidisciplinar, dos expertos en desarrollo comunitario y actividad deportiva, personas y familias que quieran hablar de su experiencia, y toda la población general que quiera participar.

ETAPAS DEL PROGRAMA

Fase inicial de selección de los participantes

En esta fase, se procederá a la selección de los participantes, tanto de las personas y/o familias, como de los profesionales que vayan a trabajar en el programa. Se desarrollará un mes

antes de comenzar con el programa. Se podrá utilizar la información que tengan los CEAS sobre las diferentes personas o familias para poder contactar con ellas e invitarlas a participar en el programa. También haremos uso de la charla taller anteriormente mencionada para buscar a más participantes. Los requisitos para su selección aparecen detallados en el apartado referente a la organización del programa.

Fase intermedia de actividades

En esta fase, se desarrollan las diferentes actividades planteadas, tanto las destinadas a las personas/familias como a las destinadas a los profesionales que desarrollan el programa. Cuenta con una duración de 6 meses.

Se desarrollarán las diferentes actividades planteadas previamente, además de corregir y poner en marcha otras nuevas actividades que se consideren necesarias durante el transcurso del programa.

Fase intermedia de registro

Simultáneamente con la fase de actividades, los profesionales llevarán a cabo un registro de toda la información relevante del programa: evolución de las personas participantes, actividades a las que han acudido, plan individual de intervención y seguimiento, información recogida en las reuniones entre las personas y/o familias y el profesional... Cuenta con una duración de 6 meses.

Este registro de la información se recogerá en las historias sociales, una correspondiente a cada persona/familia participante, en las hojas de participación y valoración de

las actividades, y se habilitará un programa informático para la sistematización de los datos. Todos los profesionales podrán registrar información con respecto a su área de intervención. Solo tendrán acceso a su área, pero podrá solicitar información adicional a la trabajadora social (coordinadora) si lo requieren para el desarrollo de alguna dinámica.

Fase final de evaluación

Tras el desarrollo del programa, se iniciará la fase de evaluación, para poder analizar si los objetivos propuestos se han cumplido, las carencias que ha habido, añadir mejoras... Esta fase final de evaluación se detallará en el apartado dirigido especialmente a la evaluación del programa.

PROCESO DE EJECUCIÓN

Organización/Agentes implicados

El primer agente implicado son las personas y/o familias residentes en los distintos barrios de la ciudad de Palencia que van a participar en el programa, ya que son el principal objeto de intervención. El programa de intervención gira alrededor de este colectivo, por lo que les consideramos afectados directos. Los siguientes agentes implicados son los encargados del desarrollo del programa, los profesionales del equipo multidisciplinar: trabajadoras sociales, psicólogos, profesionales de educación física, orientadores, mediadores, monitores. Son los encargados de llevar a cabo la intervención y estar en contacto con las personas participantes. Por lo que se les considera afectados directos.

Otro agente implicado son las diferentes entidades públicas que colaborarán con nosotros mediante financiación económica, como el Ayuntamiento de Palencia y la Junta de Castilla y León.

De manera externa a lo que es la intervención directa, podemos hablar de investigadores y observadores externos. Se trata de un equipo externo al programa, autorizado por la coordinadora y habiendo sido notificado a los demás profesionales del equipo multidisciplinar. Este equipo sigue todas las actuaciones del programa, para recoger información y así poder desarrollar un programa similar en su comunidad autónoma.

Selección de los participantes

Los profesionales seleccionados serán trabajadoras sociales, psicóloga, mediador, profesores de educación física/orientación y monitores. En lo que se refiere a la coordinación, los encargados de realizar ésta tarea serán las Trabajadoras Sociales, que son los que principalmente desarrollan el programa. Y, dependiendo de la temática de la actividad que se lleve a cabo, el encargado de desarrollarla será un monitor de ocio y tiempo libre, un profesor de educación física, un psicólogo o un educador.

Para la contratación de los profesionales que participen en el programa, hemos establecido una serie de criterios:

➤ **REQUISITOS ACADÉMICOS Y LABORALES**

- Titulación universitaria imprescindible.
- Experiencia mínima demostrable de 2 años.
- Se valorará la participación anterior en programas similares.

➤ **DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA CUMPLIMENTAR**

- Documento de confidencialidad.
- Documento de protección de datos.
- Cláusula de participación total en el programa: esto se utilizará para garantizar su participación completa a lo largo del programa, y que no puedan abandonarlo a menos que sea por causas de fuerza mayor.

En el caso de la selección de las personas y familias no se tendrá en cuenta ningún tipo de requisito, simplemente la motivación que tengan las personas a la hora de participar. Evidentemente, al ser un programa de nueva creación, se establecerá un máximo en el número de personas participantes. Y en el caso de que el programa se vuelva a llevar a cabo los años siguientes se intentará aumentar el número de participantes.

➤ DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA CUMPLIMENTAR

- Documento de confidencialidad.
- Documento de protección de datos.
- Cláusula de participación total en el programa: esto se utilizará para garantizar su participación completa a lo largo del programa, y que no puedan abandonarlo a menos que sea por causas de fuerza mayor.

Equipo humano que ejecutará el programa

Trabajador Social => Habrá dos profesionales de Trabajo Social. La coordinadora del programa y otra que se pueda contratar.

- Primera Trabajadora Social: Coordinadora principal del programa, a la vez que de las reuniones con los demás profesionales. Será quien gestione las actividades del programa, se ponga en contacto con profesionales y entidades externas que quieran colaborar,

gestionará el presupuesto. También cumplirá con funciones relativas al Trabajo Social, como realiza su otra compañera.

- Segunda Trabajadora Social: Encargada de proporcionar información y orientación sobre las necesidades que tenga las personas y/o familias participantes a la hora de llevar a cabo las actividades propuestas, será la que realice el seguimiento de cada persona y su evolución durante el programa.

Psicólogo => Se encargará y será responsable de proporcionar apoyo emocional y psicológico a las personas que lo necesiten y además será el coordinador de actividades como puede ser el taller en habilidades sociales. Debe tener claro que en el programa se trabaja con personas y esas personas pueden tener diferentes contextos y vidas por tanto debe tener mucho tacto a la hora de hablar con ellas.

Educador => Podrá coordinar algunas actividades sobre todo si se dan casos de participación de familias (relación paterna filial) con el objetivo de trabajar las habilidades parentales, aunque estos no sean el centro de intervención.

Mediador => Será el encargado de llevar a cabo los grupos de discusión junto a la Trabajadora Social. Además será la persona encargada de mediar en el caso de que exista algún conflicto entre personas participantes a la hora de la realización de las actividades.

Profesor de Educación física/Monitor de ocio => Será el/los encargados de organizar y llevar a cabo las actividades físico/deportivas que se el programa tiene previsto desarrollar. La gran mayoría de éstas se llevarán a cabo al aire libre y en contacto con la naturaleza, salvo excepciones (climatología). Consideramos que son las personas mejor preparadas para impartir este tipo de actividades.

TEMPORALIZACIÓN

Este proyecto de intervención se llevará a cabo en la ciudad de Palencia, pretendemos que se lleve a cabo en todos los barrios que conforman la propia ciudad ya que consideramos que eso puede influir de una manera beneficiosa en la creación de redes sociales, de relaciones de amistad y comunitarias. Además, como ya se mencionó anteriormente, al ser un programa de nueva creación, creemos importante empezar con pocas personas que participen e ir evolucionando de una manera más progresiva adquiriendo más recursos y más población participante.

Pretendemos que la duración de éste programa sea de 1 año, desde Enero hasta Diciembre ya que consideramos que el hecho de que dure más tiempo lo único que puede hacer sobrecargar a las personas participantes así como a los y las profesionales que se encargan del desarrollo y la ejecución del mismo.

Un mes antes de la implementación del programa, con el objetivo de su promoción y difusión así como recoger las dudas o sugerencias que puedan darse entre las personas participantes, se llevará a cabo una “charla-taller”. Así mismo, un mes después de la finalización del programa, se llevará a cabo otra “charla-taller” dirigida a la población general, para presentar algunos resultados obtenidos, la percepción de las personas y familias participantes, proponer sugerencias y mejoras para un nuevo programa, e informar a la población general sobre el desarrollo comunitario y su fomento mediante la práctica del deporte. Ambas actividades están incluidas en el *cronograma*, aunque estén fuera de la temporalización del programa.

CRONOGRAMA

	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
ACTIVIDADES ENTRE PROFESIONALES												
Actividad 1												
Actividad 2												
ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR CON LAS PERSONAS PARTICIPANTES												
Actv.0 Plantación de huertos ecológicos												
Actv.1 Mejora de infraestructuras del barrio												
Actv.2 Excursiones por el monte												
Actv.3 Jinkana												
Actv.4 Actividad de orientación en grupo												
Actv.5 Torneo de fútbol sala												
Actv.6 Torneo de baloncesto 3x3												
Actv.7 Taller de expresión corporal												
Actv.8 Taller de artesanía												
Actv.9 Taller de habilidades sociales												
Actv.10 PROMOCIÓN Taller de Concienciación												
Actv.11 PROMOCIÓN Taller Resultados Obtenidos												

Fuente: Elaboración propia

PRESUPUESTO

En un principio, al ser un programa nuevo y sin experiencia previa adquirida, el presupuesto de salida no será de una cantidad muy elevada. Dispondríamos de unos 15.000€ como punto de partida. La financiación correrá a cargo del Ayuntamiento de Palencia, pero podrán colaborar otras entidades a la hora de suministrar recursos materiales, espacios de encuentro y donaciones.

El dinero se invertiría en ésta serie de conceptos:

- Personal encargado de la realización del programa (Trabajadora Social, Psicólogo, Mediador, Orientador, profesor de E.F.).
 - Coordinadora Principal: Trabajadora Social (1000€)
 - Segunda Trabajadora Social (1000€)
 - Psicólogo (1000€)
 - Mediador (1000€)
 - Educador (1000€)
 - Profesor de E.F. / Monitor de ocio (1000€)
- Equipamiento para las actividades (1500€)
- Gas, calefacción, agua, equipos informáticos del centro además de locales que sea necesario alquilar para desarrollar algunas actividades (1500€)
- Alquiler de locales necesarios (500€) cada local.

EVALUACIÓN

Objeto-objetivo y usos

Tras el desarrollo del programa de intervención, es necesario plantear la evaluación de éste. El objeto de nuestra evaluación se centrará en los efectos que ha tenido el programa sobre las personas/familias residentes en los barrios de la ciudad de Palencia. Analizando los efectos del programa, podremos conocer:

- La satisfacción de las personas beneficiarias.
- La satisfacción de los profesionales implicados respecto a los resultados obtenidos.
- El impacto causado.
- La utilización eficiente de los recursos y el presupuesto disponible.

El objetivo principal de ésta evaluación es medir en qué grado ha sido eficaz éste programa en las personas residentes en los barrios de Palencia. Como objetivos secundarios o específicos, destacamos:

- Aumentar nuestro conocimiento sobre el ámbito del Desarrollo Comunitario y su fomento a través de la práctica deportiva.
- Mejorar el sistema de intervención para ocasiones futuras.

Esta evaluación podrá ser utilizada para generar literatura y antecedentes sobre el objeto de estudio escogido, para la mejora de programas sociales futuros, para comprobar la utilidad del programa, y para conocer cómo ha cambiado o aumentado la calidad de vida de las personas destinatarias.

Momentos de la Evaluación

Se realizará la evaluación al finalizar el programa. Esto se debe a que hay algunas actividades que no se desarrollan desde el inicio del programa (comienzan varios meses después del inicio), y realizar una evaluación durante su desarrollo no medirá de una manera correcta el impacto de dichas actividades. Añadido a lo anterior, no se cuenta con los fondos, ni con las condiciones necesarias para poder realizar una evaluación antes o durante la aplicación del programa.

Por lo tanto, se realizará una evaluación al final de éste, el día de la finalización del programa. También podríamos llevar a cabo un seguimiento tres meses después de la finalización del programa, para conocer si las medidas aplicadas se mantienen. La información obtenida en dicha reunión, si aporta resultados relevantes que puedan ayudar a la evaluación, se incluirá también en el informe de evaluación.

Al solo haber un momento de evaluación, se realizará un único informe de evaluación. En él, se recogerá la información obtenida, y la información sobre el seguimiento tres meses después de la evaluación, si fuese relevante incluirla. Dicho informe de evaluación podrá ser consultado por los profesionales implicados en el desarrollo del programa, el personal competente del Ayuntamiento de Palencia, y será publicado en la página web del Ayuntamiento en formato reducido, para que cualquier persona pueda consultarlo si está interesado.

Responsables de la Evaluación

El equipo encargado para la evaluación será mixto. Estará conformado por el coordinador principal del programa (una de las Trabajadoras Sociales) e investigadores externos, que ya hayan participado en programas y evaluaciones similares.

Trabajar con un equipo mixto nos aportará una mayor precisión a la hora de evaluar los resultados del programa. Contaremos con la experiencia y objetividad de los investigadores externos, y con la visión interna de los profesionales encargados del programa.

Metodología

El objeto de ésta evaluación es conocer los efectos del programa en las personas participantes, por lo que utilizaremos el modelo de la efectividad para la evaluación. Dicho modelo atiende a:

- Las metas: lo que queríamos conseguir (aumento y mejora de las relaciones sociales y comunitarias entre las personas participantes) y lo que se ha conseguido finalmente.
- Los resultados obtenidos en base a los efectos producidos en las personas y/o familias.
- Las personas implicadas: haciendo especial implicación en las personas y/o familias.

Criterios-indicadores

Para poder evaluar el programa correctamente y de manera precisa, vamos a utilizar una serie de criterios, que medirán diferentes aspectos de nuestro programa, y nos servirán para obtener la información necesaria. Se utilizarán varias herramientas, que son las que nos permitirán recoger la información.

- **Impacto:** evaluará en qué medida nuestro programa ha promovido el aumento y mejora de las relaciones sociales y comunitarias.

Para conocer de primera mano ésta información emplearemos la entrevista. Primeramente, se realizará una entrevista individual, del trabajador social con cada persona y/o familia usuaria del programa. Tras tres meses después de la finalización del programa, se realizará una entrevista grupal o conjunta con todas las personas participantes, para realizar un seguimiento y ver el impacto que ha tenido el programa.

- **Eficacia:** Medirá si se han cumplido los objetivos propuestos en el programa, y en qué condiciones se han cumplido.

Para medir la eficacia en sí del programa podríamos utilizar audiencias con expertos en el campo y que sean externos al programa. Esas personas nos ayudarán a realizar la evaluación del programa. Por lo tanto mantendremos varias audiencias con ellos para que puedan valorar la eficacia.

- **Satisfacción:** Medirá el grado de satisfacción de las personas beneficiarias así como de los profesionales implicados (Trabajadoras Sociales, Psicólogo, Mediador, Monitor).

La herramienta utilizada para conocer la satisfacción de usuarios/as y profesionales implicados será la encuesta. Esta encuesta contará con preguntas semi-cerradas y preguntas abiertas, donde podrán reflejar su percepción y experiencia acerca de la atención recibida, si se han logrado los objetivos, si se podrá mejorar algo, sugerencias.

- **Eficiencia:** Medirá la adecuación de las actividades y materiales con respecto al presupuesto inicial. También podremos medir si se podría haber realizado la actividad invirtiendo un menor número de recursos.

La herramienta empleada para conocer la eficiencia será la memoria de ejecución del programa. En ella se almacenan todos los recibos de costes y qué partes del presupuesto se han destinado a unas u otras actividades y/o recursos.

Fuentes para la recogida de información

Para poder realizar la evaluación, es necesaria una cierta información o evidencia, sobre la cual podremos aplicar los criterios e indicadores. Además de las herramientas de recogida de información que se mencionaron con cada criterio-indicador, también se recurrirán a otras fuentes a la hora de obtener la evidencia necesaria para la evaluación.

- **Análisis documental:** refleja toda la información referente a las personas participantes. Podríamos utilizar con la información que nos puede proporcionar los CEAS, los expedientes de cada persona, además de los realizados al inicio del programa; informe sobre sus relaciones familiares y sociales que nos puede servir como antecedente para evaluar su progreso y mejora, así como todo tipo de información considerada como relevante.

- Ficha de las actividades: refleja la participación de los usuarios en las diferentes actividades del programa. Gracias a estas fichas, contamos con su registro de participación, valoración sobre las actividades implementadas, progreso que han tenido en cada una de ellas.
- Observación directa: cada uno de los profesionales implicados en el programa asiste a las actividades, para poder observar y analizar el desarrollo de las mismas. Dicha información se irá registrando y almacenando para que quede constancia de la observación y que se pueda consultar la observado en el caso de que sea necesario.
- Ficha de las actividades: refleja la participación de las personas en las diferentes actividades del programa. Gracias a éstas fichas, contamos con su registro de participación, valoración sobre las actividades implementadas, progreso que han tenido en cada una de ellas.
- Observación directa: cada uno de los profesionales implicados en el programa asiste a las actividades realizadas, para poder observar y analizar el desarrollo de las mismas. Dicha información se irá registrando y almacenando para que quede constancia de la observación y que se pueda consultar lo observado en el caso de que sea necesario.

5. CONCLUSIONES

Cuando hablamos de Desarrollo Comunitario, debemos tener en cuenta que es un concepto con una gran ambigüedad en su significado, debido al recorrido histórico y evolutivo de las dos palabras que conforman el término como son: *Desarrollo* y *Comunidad*. En primer lugar, el concepto de *Desarrollo*, su origen se remonta a finales de la II Guerra Mundial, en una

época donde primaba la producción y el mercado capitalista sobre los intereses de las personas y donde se desprecian las posibilidades de acción de naciones que a partir de ese momento comenzaron a denominarse como subdesarrolladas. Por otra parte, el concepto de *Comunidad* es una unidad de referencia conformada por la acumulación de distintos subsistemas, así como un espacio social donde se producen múltiples interacciones y un espacio sentido como propio para las personas residentes.

Por tanto, gracias a la evolución de estos dos términos podemos definir el Desarrollo Comunitario como un método de intervención que incorpora a todos los agentes que conforman la comunidad, estableciendo procesos de participación y articulación entre la población y las instituciones que, potenciando un proceso pedagógico y las capacidades participativas de los actores y de las estructuras mediadoras, permita alcanzar unos objetivos comunes y predeterminados para mejorar las condiciones económicas, sociales y culturales de las comunidades y cuyos resultados puedan ser evaluados de forma continua.

La expresión Desarrollo de la Comunidad como tal nace en el año 1947 en Estados Unidos, así mismo, como forma de intervención social es el resultado de dos tipos de desarrollos metodológicos, que son: La organización de la Comunidad y el Desarrollo de la Comunidad.

En un proceso de desarrollo comunitario que tenga por finalidad última el bienestar, la autonomía y la independencia de las personas son muchas las dimensiones sociales y humanas que se deben abordar: trabajo, vivienda, educación, salud, bienestar, participación, ocio y, son éstas dimensiones las que se pueden correlacionar con servicios tanto públicos como privados: servicios de empleo, educativos, de salud, sociales, asociaciones, clubs deportivos. Se trata por

tanto de recursos que deben adquirir una visión global e integral en sus acciones y que deben ser receptivos a las demandas y propuestas de la población.

Además, un proceso de este tipo pretende transformar las relaciones existentes entre los distintos actores sociales, transformación que debe sustentarse en la planificación de manera conjunta y democrática entre administraciones, entidades sociales y población, lo que supone un cambio en la relación “arriba hacia abajo”, donde la población se encuentra como receptora y usuaria de programas y servicios diseñados por agentes (políticos y técnicos/as) sin tener en cuenta la opinión de la propia ciudadanía, y siendo sustituida por otro tipo de relaciones “abajo hacia arriba” donde la población tiene un papel preponderante siendo protagonista en el diseño y co-gestión de su propio modelo de desarrollo.

De una manera más específica, el deporte o práctica deportiva es una herramienta de utilidad para el abordaje de procesos de transformación social. En relación a esto, son los deportes colectivos contribuyen al desarrollo así como a la participación estimulando actitudes como el espíritu de equipo, la comunicación, la negociación y el liderazgo y destacando a la vez la participación y la inclusión de todos los grupos en sociedad así mismo el deporte colectivo implica el compartir penas y glorias así como éxitos o fracasos, lo que lleva por tanto a un cambio de concepto conocido como “del yo a nosotros”. Cabe destacar que en un deporte de tipo colectivo adquiere una gran relevancia el proceso de participación como tal ya que promueve el desarrollo personal y comunitario en la medida que favorece el desarrollo de diversas competencias, sentimientos de pertenencia, autonomía, proactividad, sentimiento de control psicológico, así como la interconexión de espacios públicos y privados haciendo que el logro del bien común sea una tarea compartida.

Por otra parte, la práctica deportiva se ha demostrado eficaz tanto en el trabajo con personas mayores así como en jóvenes, favoreciendo las relaciones intergeneracionales y percibiendo la diversidad como una oportunidad de enriquecimiento a través de favorecer valores sociales de responsabilidad personal y colectiva, asumiendo un cambio en el entorno social, aun sabiendo que la sociedad actual no favorece el desarrollo de la actividad física y la existencia de una serie de factores que han reducido de forma muy apreciable la necesidad de desarrollar trabajo físico y han fomentado el sedentarismo. En el caso de los jóvenes, tiene especial relevancia la influencia de la familia es un actor importante para el fomento de la actividad deportiva de los jóvenes. Pero a partir del periodo de la adolescencia, la influencia de la propia familia comienza a declinar y es ahí donde el grupo de iguales se vuelve muy importante, especialmente entre los compañeros de mismo género. Así por tanto la participación con sujetos de similares características influye en gran medida en la adquisición de experiencias de los individuos en los diferentes contextos en los que se encuentre. En contraposición, en el caso de las personas mayores, teniendo en cuenta que se da un aumento en el número de las personas que lo practican, la cifra todavía es muy baja.

A través de la práctica deportiva, se han llevado a cabo distintas experiencias de Desarrollo Comunitario y fomento y participación comunitaria. La mayoría de estas experiencias disponen de solo una actividad en concreto, lo cual es una carencia. Hay pocas experiencias con diversas actividades que permitan un máximo fomento de la comunidad así como participación efectiva y que les pueda servir para el resto de la vida a las personas participantes. Por tanto es necesario desarrollar estrategias que impliquen a todas las personas y que permitan una participación completa en las actividades que se propongan siempre teniendo como objetivo la

mejora de su bienestar físico, social, psicológico y relacional y eso repercute en su futuro a largo plazo.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Ahedo, R & Macua, A. (2016). Características de las prácticas de ocio físico-deportivas significativas de los jóvenes españoles. *Revista de Psicología del deporte*. Universitat de les Illes Balears, 25(2), 67-72. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235149102011.pdf>
- Andino, E. M. (2014). Desarrollo comunitario en articulación con el conocimiento, poder y comunicación. *Orbis. Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*. Fundación Miguel Unamuno y Jugo, Venezuela, 10(28), 64-81. <https://www.redalyc.org/pdf/709/70930408004.pdf>
- Arribas, S. (2018). Actividad de Orientación intergeneracional de Magaz de Pisuerga: Análisis y propuesta de mejora [Trabajo Fin de Grado]. Universidad de Valladolid, Facultad de Educación de Palencia. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32207/TFG-L2049.pdf?sequence=1>
- Azcuy, M.Z.; Corbo, M.C. & Cuesta, L.A. (2010). La recreación comunitaria, una opción para ocupar el tiempo libre de los jóvenes. *Podium: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 5(3), 199-208. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6173672>
- Becerril, R & Bores, N.J. (2015). Posibilidades educativas e intergeneracionales de la orientación deportiva: Investigando desde la práctica en el medio rural. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del deporte*, 11(1), 27-28. <https://www.redalyc.org/pdf/865/86538704014.pdf>

- Becerril, R. & Bores, N. (2019). Claves para el diseño de propuestas educativas intergeneracionales a partir de una experiencia de actividad física. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*. Universidad de Valladolid, (21), 111-124. <https://doi.org/10.24197/aefd.0.2019.111-124>
- Casilla, D (1994). Desarrollo Comunitario y Deporte para todos. *Encuentro Educativo*. Universidad de Zulia, 1(1), 101-109. <https://web.archive.org/web/20180518122225id/http://produccioncientificaluz.org/index.php/encuentro/article/viewFile/927/929>
- Ciantar, A; La Costa, V; D'Agostino, G; Ricci, R; Clifton, P; May, A; Inayat, M; Di clemente, G; Pinto, A; Vaz, C; Monteiro, M; Clucher, M & Pupin, A. (2016). Sport for Community Development Handbook. [Archivo PDF]
- Duarte, R (2011). Fundamentación del deporte social comunitario a partir de las categorías bioéticas: Una opción hacia el mejoramiento de la calidad de vida que trasciende el deporte moderno. *Deporte, Pedagogía y Cultura. Lúdica Pedagógica*, 2(16), 13-21. <https://doi.org/10.17227/ludica.num16-1353>
- Felpedo, M e Isorna, M. (2014). Relación entre la práctica de la actividad física-deportiva y la mejora del bienestar físico-psicológico en personas mayores. *Sección Central. Lúdica Pedagógica*, 1(19), 11-26. <https://doi.org/10.17227/01214128.19ludica11.26>
- Gómez, E (2008). Geopolítica del Desarrollo Comunitario: Reflexiones para el Trabajo Social. *Ra Ximhai. Revista de Sociedad, Cultura y Desarrollo Sostenible*. 3(4), 519-542. <http://uaim.edu.mx/webraximhai/Ej12articulosPDF/1GEOPOLITICA%20DEL%20DESARROLLO.pdf>

González, R. (2017). El Deporte como medio de inclusión social [Trabajo Fin de Grado].

Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26721/TFG-G2499.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista63/artrelaciones726.htm>

<https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/7d1e8201-0dac-4c14-9e6f-7af05bfe6e8b/HANDBOOK%20SPORTCD%20eng.pdf>

<https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/LP/article/view/1353/1326>

<https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/LP/article/view/2777/2505>

<https://revistas.uva.es/index.php/agora/article/view/4085/3241>

Iturrioz, I; Arrese-igor, I; Izaga, D; Vesga, J; Iturrioz, P; Cano, A; Izquierdo, M.A.; Otegui, R &

Uranga, A. (2015). IkasSasoi: movilizandando la comunidad para fomentar la actividad física de la población adolescente de Irún. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (28), 190-196.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5146524>

Marchioni, M. (2015). Conceptos alrededor de la intervención comunitaria. *Jornada de*

prevención y Mediación comunitaria. Un caleidoscopio de miradas: una década tejiendo complicidades, (19), 1-9.

https://cejfe.gencat.cat/web/.content/home/formacio/gestcon/cop/pmc/jornada_previmed_girona2015/jornada_previmed_girona2015_marchioni.pdf

Mundet, A; Simó, M; Lleixà, T; Batalla, A & Crespo, R (2021). De la práctica deportiva a la

inclusión social: Un diagnóstico para la acción en 6 países de Europa. *Revista Española*

- de Educación Física y Deportes*, (434), 73-80.
<http://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/1000>
- Muñoz, A & Arango, C. M. (2006). El deporte y la recreación como estrategias de empoderamiento en población desplazada. *Educación física y deporte*. Universidad de Antioquia, 25(2), 67-78. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2469540>
- Reigal, R; Videra, A; Parra, J.L. & Juarez, R. (2012). Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (22), 19-23.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3984895>
- Revuelta, L; Esnaola, I & Goñi, A. (2016). Relaciones entre el auto concepto físico y la actividad físico-deportiva adolescente. *Revista internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el deporte*. 16(62), 561-581.
<http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2016.63.010>
- Rico Gutiérrez, F.A. (2018). El deporte social comunitario como herramienta de Desarrollo Humano en nuevas tendencias urbanas y deportivas. Universidad Distrital Francisco José de Caldas.
<https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/14386/RicoGutierrezFredyAndres2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Romero, M. I. & Muñoz, M. R. (2014). Comunidad y desarrollo comunitario: aspectos teóricos y metodológicos. *Estudios del desarrollo social: Cuba y América Latina*. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Cuba, 2(2), 77-89.
<https://www.redalyc.org/pdf/5523/552357197008.pdf>

Rubio, J.A. (2006). A vueltas con el desarrollo comunitario: características, reflexiones y retos.

Cuadernos de Trabajo Social. 19, 287-295. [file:///C:/Users/diego/Downloads/8419-Texto%20del%20art%C3%ADculo-8500-1-10-20110531%20\(2\).PDF](file:///C:/Users/diego/Downloads/8419-Texto%20del%20art%C3%ADculo-8500-1-10-20110531%20(2).PDF)

Sánchez, D; Leo, F.M. García, T; Sánchez-Miguel, P.A. & Amado, D. (2012). Escuela del

deporte: Valoración de una campaña para la promoción de valores. *Motricidad. European Journal of Human movement*. Universidad de Extremadura, (28), 67-81.

<https://www.redalyc.org/pdf/2742/274224368004.pdf>

Sherry, E (2008). Community Development through Sport: The Street Socceros. *Deakin*

University. *Australia*.

<https://www.easm.net/download/2008/9f62cbc5c6e825af69db741e830b7b87.pdf>

Urzúa, G, Alvarez, 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.

<https://doi.org/10.54255/lim.vol3.num05.248>

<https://revistafacso.ucentral.cl/index.php/liminales/article/view/248>