



ESPORT I ACCIÓ SOCIAL: ITINERARIS DE VIDA A TRAVÉS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I L'ESPORT

Autoria: Ingrid Hinojosa-Alcalde

Resum:

Aquest article aborda la situació actual dels joves en risc d'exclusió social a Catalunya en relació amb l'àmbit formatiu i laboral. S'introdueix el concepte d'*interseccionalitat* per tal de tractar la problemàtica des d'una mirada més àmplia, incorporant altres elements que poden romandre invisibles i perpetuar la discriminació.

L'activitat física i l'esport com a eina de transformació social tenen un paper clau en la implementació de les intervencions sociocomunitàries dirigides als i les joves. L'objectiu d'aquest article és aproximar-se al valor de l'esport com a afavoridor de la inclusió social com a eina de transformació comunitària. Per aprofundir en aquest objectiu, es reflexionarà sobre els itineraris de vida dels i les joves a través de l'activitat física i l'esport, i es presentarà l'aprenentatge-servei com a recurs per potenciar la transformació social. L'article també recull tres experiències de projectes que afavoreixen la inclusió social a través de l'esport: VPK, Aprèn i treball i Media Sport Jove.

Per acabar, s'aportaran els factors i les consideracions a tenir en compte a l'hora de gestionar iniciatives i projectes que pretenen afavorir la inclusió social.

Paraules clau: joventut, esport, inclusió social, aprenentatge-servei

Aquest treball és propietat de la Diputació de Barcelona.
La seva redacció ha estat encarregada a Ingrid Hinojosa el maig de 2022.

INTRODUCCIÓ

La inclusió social ha estat definida des de la Unió Europea com un procés que assegura que les persones que es troben en risc de pobresa i d'exclusió social incrementin les seves oportunitats i els recursos necessaris per participar plenament en la vida econòmica, social i cultural, i gaudeixin d'unes condicions de vida i de benestar considerades normals en la societat en què viuen (Comissió Europea, 2010).

En els darrers anys, la lluita contra la pobresa i l'exclusió social és una prioritat política per a la Comissió Europea. L'Agenda 2030, integrada pels 17 objectius de desenvolupament sostenible, marca els nous reptes de la comunitat internacional per erradicar la pobresa, estendre l'accés als drets humans i assolir un desenvolupament econòmic global sostenible i respectuós amb el planeta i els recursos que ofereix (ONU, 2015).

A Catalunya, el 2021, la taxa de risc de pobresa o exclusió social va ser del 25,9 %, és a dir, que una de cada quatre persones es troba en aquesta situació (Idescat, 2021). A més, si analitzem la situació específica dels i les joves, resulta especialment impactant la taxa d'abandonament prematur dels estudis a Catalunya, que el 2021 va ser del 14,8 % (Departament d'Educació, 2021). Respecte a la taxa d'atur juvenil de joves entre 15 i 24 anys, a Catalunya el 2021 va ser del 28,9 % (Eurostat, 2021). Aquesta situació de vulnerabilitat genera unes barreres en els i les joves per accedir a la formació i al món laboral, cosa que, en conseqüència, afecta el seu desenvolupament econòmic personal i col·lectiu.

El concepte *interseccionalitat* pot resultar interessant a l'hora d'analitzar la situació que viuen els i les joves en situació de risc social, ja que ens permet ampliar la mirada i incorporar altres elements que poden romandre invisibles i perpetuar la discriminació (vegeu la figura 1). La interseccionalitat és un terme utilitzat per visibilitzar els sistemes d'opressió, dominació i discriminació que experimenten diversos col·lectius (Mitchell *et al.*, 2014).

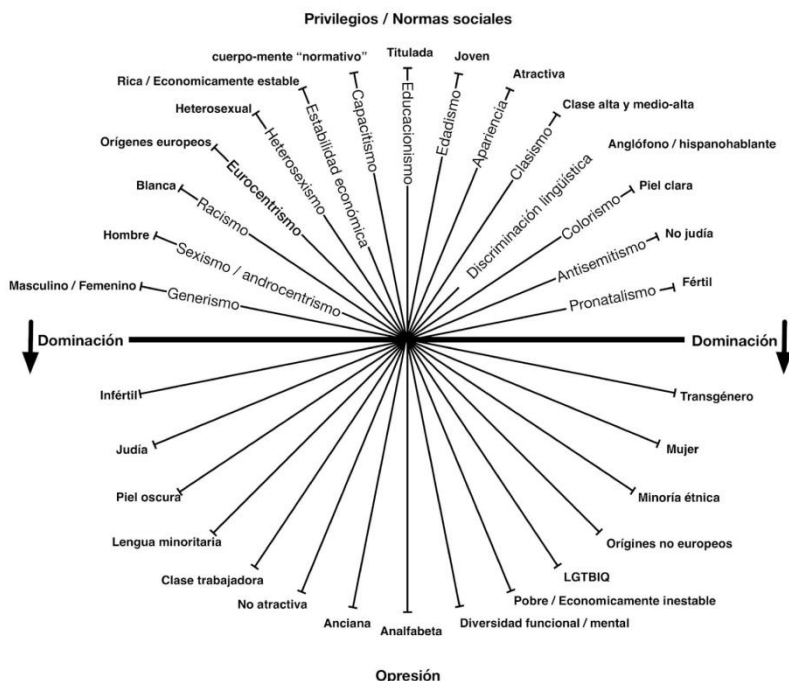


Figura 1. Interseccionalitat. Font: Collins i Bilge (2020)

Aquesta teoria mostra com la identitat pròpia (per exemple, nivell socioeconòmic, gènere, orientació sexual, edat, classe, capacitat, etnicitat...) interactuen en nivells múltiples, interdependents i, sovint, simultanis amb el racisme, el sexisme, l'homofòbia, cosa que contribueix a entrecreuar formes d'injustícia sistèmica, opressió i desigualtat social.

Per tant, incorporar aquesta mirada més àmplia és essencial per contribuir a construir societats més equitatives. Sovint, els i les joves que es troben en risc d'exclusió social són adolescents nascuts a l'estranger, joves de la comunitat gitana, alumnes provinents de famílies amb un baix nivell educatiu i socioeconòmic. Així doncs, és necessari abordar la problemàtica amb una mirada àmplia i diversa per incorporar els diferents elements que interactuen.

La literatura científica ha mostrat com la pràctica esportiva dels col·lectius més vulnerats és més baixa en relació amb la població general (Beenackers *et al.*, 2012). Per tal de donar resposta als reptes socials esmentats prèviament, cal desenvolupar estratègies i mesures específiques adreçades al col·lectiu de joves. L'activitat física i l'esport es poden convertir en una gran eina que contribueixi a millorar la seva vida.

En primer lloc, es farà una aproximació al valor de l'esport com a afavoridor de la inclusió social com a eina de transformació comunitària. Per aprofundir en aquest objectiu, es reflexionarà sobre els itineraris de vida dels i les joves a través de l'activitat física i l'esport, i es presentarà l'aprenentatge-servei com a recurs per potenciar la transformació social. En segon lloc, es presentaran tres experiències de projectes que afavoreixen la inclusió social a través de l'esport, i per acabar s'aportaran els factors i les consideracions a tenir en compte a l'hora de gestionar iniciatives i projectes que pretenen afavorir la inclusió social.

LA TRANSFORMACIÓ SOCIAL A TRAVÉS DE L'ESPORT

L'esport com a eina transformadora

L'activitat física i l'esport, utilitzades de forma pedagògica i educativa, pel seu caràcter socialitzador i participatiu, afavoreixen les relacions i la comunicació amb col·lectius tradicionalment exclosos i amb pocs espais de participació social.

Diversos estudis han descrit els diversos beneficis i aportacions de la pràctica esportiva al col·lectiu de joves en general, i especialment als i les joves en situació d'exclusió social (Collins, 2014; Collins i Bilge, 2020). La pràctica d'activitat física permet la promoció d'estils de vida saludables, els quals són una eina de prevenció de conductes de risc i del sedentarisme. A més, a través de la pràctica esportiva en grup, es poden treballar diverses aptituds i capacitats, que, més enllà del vessant esportiu, es poden transferir a l'àmbit personal i social.

L'esport pot ser un aspecte clau per estimular el desenvolupament de les habilitats socials dels i les joves. Geudens i Schroeder (2011) fan un recull d'alguns dels beneficis principals de l'esport: fomenta un estil de vida saludable i és una manera positiva de passar el temps lliure i de lleure; trenca l'aïllament social; genera un sentit d'identitat personal i un sentiment de pertinença, i ajuda a aprendre a gestionar les emocions. L'esport ofereix un entorn on els joves poden aprendre a alliberar les seves emocions de manera segura (agressions, frustracions, etc.) i aprenen autocontrol i autodisciplina.

Tot i el potencial de l'esport, és important també reconèixer les seves mancances i la necessitat d'incorporar una intencionalitat pedagògica en les intervencions a través de

professionals i afegir altres intervencions fora de la pràctica esportiva que contribueixin a reduir les desigualtats estructurals (Collins i Kay, 2014).

Per tant, l'activitat física i l'esport esdevenen un canal de captació i comunicació directa amb els i les joves que poden oferir-los oportunitats i fomentar itineraris a part de la pràctica esportiva, orientant-los també des del punt de vista formatiu i laboral.

Itineraris de vida a través de l'activitat física i l'esport

La pràctica esportiva genera relacions socials amb les persones (companys/es, entrenadors/es, famílies) i entitats implicades (clubs, federacions, associacions). Aquests vincles tenen un paper fonamental en el desenvolupament personal de l'individu. No obstant això, hi ha estudis que afirmen que les persones joves en situació d'exclusió social practiquen esport en una mesura menor que aquelles d'estatus socioeconòmic més alt (Beenackers *et al.*, 2012). Per tant, promoure estils de vida actius i acompanyar als i les joves en el seu desenvolupament esportiu i personal són essencials per reduir les desigualtats i combatre el sedentarisme.

El concepte d'itinerari esportiu és definit per Puig i Masnou (1995) com el conjunt d'experiències esportives que una persona ha gaudit en el seu temps de lleure. Aquest itinerari s'inicia des de l'instant que el subjecte pren contacte amb l'oci esportiu; es desenvolupa durant un període de temps més o menys ampli en què es dedica a la pràctica d'una activitat esportiva o diverses, i finalitza quan abandona tota relació amb aquest àmbit com a participant. La literatura científica conclou que aquests itineraris esportius es veuen influenciats per la repetició de les activitats que ens han resultat satisfactòries. De fet, diversos autors i autores han remarcat que més de la meitat de les activitats de lleure que practica una persona adulta tenen l'origen en preferències que s'han creat durant la infància (McGuire *et al.*, 1987; Iso-Ahola *et al.*, 1994).

Aquest itinerari esportiu es pot comprendre a través de diverses maneres de viure la pràctica esportiva entesa com a lleure. Per exemple, la pràctica d'activitat esportiva de forma casual, la pràctica esportiva per diversió, com a procés de desenvolupament de l'oci o amb una finalitat d'autorealització personal. Totes aquestes formes de pràctica esportiva són legítimes i interessants per al benestar i la qualitat de vida dels i les joves. Això no obstant, si l'objectiu real és generar itineraris de vida a través de l'activitat física i l'esport, cal no limitar-se a viure la pràctica esportiva únicament com a font de diversió, sinó que cal incorporar progressivament elements que augmentin el grau de complexitat de l'experiència esportiva, a fi de garantir la continuïtat de l'interès i la vinculació emocional dels i les protagonistes amb la pràctica que realitzen (Monteagudo, 2014).

A través de l'interès i el vincle emocional que genera la pràctica esportiva, es poden crear oportunitats que afavoreixin i contribueixin a la formació integral de la persona. Més enllà del vessant de la pràctica esportiva, es poden generar itineraris de vida vinculats a la formació i l'àmbit laboral en l'activitat física i l'esport, de forma tant temporal com continuada.

Des del punt de vista formatiu, hi ha diverses ofertes formatives que es poden adaptar a les necessitats dels i les joves perquè puguin seguir itineraris formatius que facilitin la seva inserció laboral. A continuació, a la taula 1, queden recollides algunes de les formacions esportives, com poden ser els cursos d'iniciació com a tècnic/a d'esport (CIATE), els programes de formació i inserció (PFI), els ensenyaments esportius i el cicle formatiu de grau mitjà (CFGM) de conducció d'activitats físicoesportives en el medi natural.

Taula 1. Oferta formativa en l'àmbit de l'activitat física i l'esport

Formació	Requisits d'accés	Càrrega lectiva	Sortides professionals
Curs d'iniciació a tècnic/a d'esport (CIATE)	Haver complert 16 anys abans de la data d'inici.	50 h	Monitor/a esportiva d'activitats poliesportives extraescolars i esportives de lleure dirigides a menors de 18 anys
Programa de formació i inserció (PFI) - Auxiliar d'activitats esportives	Joves de 16 a 21 anys que no han finalitzat l'educació secundària obligatòria	1.000 hores distribuïdes en un curs acadèmic	<ul style="list-style-type: none"> • Acompanyant d'usuaris i usuàries en instal·lacions esportives • Auxiliar de control d'instal·lacions esportives • Auxiliar d'accés a instal·lacions esportives • Auxiliar de monitor/a d'activitats poliesportives • Auxiliar de monitor/a d'activitats d'estiu
Ensenyaments esportius de grau mitjà	Requisits generals per accedir a un cicle formatiu de grau mitjà (En algunes especialitats, cal superar la prova específica d'accés.)	Entre 750 i 1.540 hores, en un o dos cursos	Entrenador/a de nivell I de la modalitat corresponent (atletisme, basquetbol, busseig esportiu, esgrima, espeleologia, esports d'hivern, esports de muntanya i escalada, futbol i futbol sala, handbol, hípica, judo i defensa personal, piragüisme, salvament i socorrisme, i vela)
Cicle formatiu de grau mitjà (CFGM) de conducció d'activitats fisicoesportives en el medi natural	Requisits generals per accedir a un cicle formatiu de grau mitjà, en algunes especialitats	2.000 hores distribuïdes en dos cursos acadèmics	<ul style="list-style-type: none"> • Dissenyador/a d'itineraris terrestres, eqüestres, itineraris en bicicleta fins a muntanya mitjana, d'itineraris pel medi aquàtic en embarcacions d'esbarjo • Dissenyador/a i organitzador/a d'activitats fisicoesportives recreatives guiades pel medi natural • Encarregat/da de prevenció i seguretat en rutes i esdeveniments amb bicicleta; en rutes i esdeveniments eqüestres • Guia en activitats de senderisme, muntanyisme per muntanya baixa i mitjana, travessia per muntanya baixa i mitjana, i rutes nevades de tipus nòrdic amb raquetes • Guia de barrancs de dificultat baixa, d'espeleologia de dificultat baixa, d'itineraris amb bicicleta de muntanya, d'itineraris de cicloturisme, d'itineraris a cavall, d'itineraris pel medi aquàtic en embarcacions d'esbarjo • Monitor/a monitora de temps lliure educatiu infantil i juvenil, de campaments, d'albergs de joventut, de cases de colònies, de granges escoles, i d'aules i escoles de natura, d'activitats en el marc escolar, d'oci i aventura • Socorrista en llacs i embassaments, de suport en unitats d'intervenció aquàtica, en activitats aquàtiques en l'entorn natural, en activitats nàutiques i esportives, en platges fluvials

Accedir a una formació inicial i assolir-la, com pot ser un curs d'iniciació de tècnic/a d'esport (CIATE), pot generar un impacte molt positiu i també un vincle amb l'entorn i les entitats esportives perquè els i les joves trobin la motivació de continuar formant-se i pugui ser l'entrada inicial al món laboral. Això no vol dir que tots els i les joves que es troben en risc d'exclusió social s'hagin de formar en l'àmbit de l'activitat física i l'esport, però sí que pot ser un canal d'entrada per a aquelles persones que tinguin interès i motivació per aquest àmbit.

En aquest sentit, a part de donar a conèixer les diferents formacions i promocionar-les entre els i les joves, és indispensable dotar de recursos econòmics i d'un sistema de beques als qui tenen més dificultats econòmiques.

A part del vessant formatiu, també és important proporcionar oportunitats laborals a les persones que s'han format perquè puguin desenvolupar-se en l'àmbit laboral i en definitiva puguin esdevenir referents al barri perquè altres joves segueixin itineraris formatius i laborals.

L'aprenentatge-servei com a recurs per potenciar la transformació social

L'aprenentatge servei (ApS) és una proposta educativa que combina processos d'aprenentatge i de servei a la comunitat en un únic projecte ben articulat, en què els participants es formen per involucrar-se en necessitats reals de l'entorn amb la finalitat de millorar-lo (Puig *et al.*, 2006). Hi ha una gran diversitat de projectes d'ApS desenvolupats des de diferents entitats, a través de centres educatius, des de l'educació no formal, des dels programes de formació i inserció (PFI), universitats, entitats del tercer sector, entitats esportives, etc.

És important diferenciar el concepte d'ApS del voluntariat: el voluntariat té la finalitat de donar un servei a la comunitat, mentre que l'ApS pretén donar un servei a la comunitat i alhora incorporar aprenentatges de forma intencionada i estructurada. Els requisits indispensables per poder considerar que s'està desenvolupant un projecte d'ApS són l'aprenentatge, el servei, l'articulació del projecte, la participació i la reflexió (vegeu la figura 2).

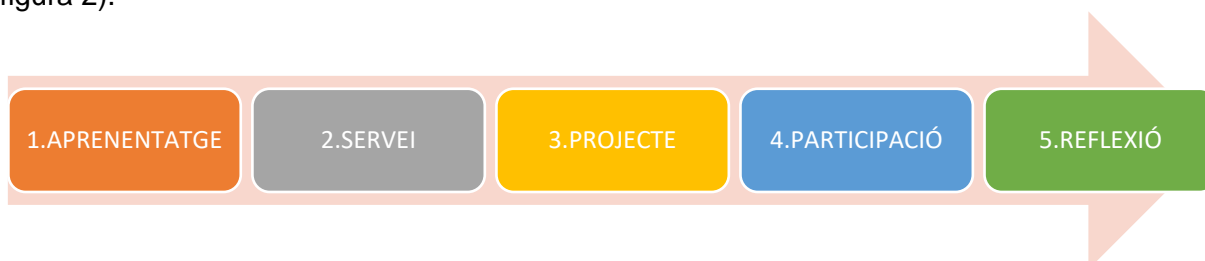


Figura 2. Requisits bàsics per a la implementació de projectes d'ApS. Font. Centre Promotor ApS (2014)

Un dels aspectes clau dels projectes d'ApS és el treball en xarxa, ja que per desenvolupar aquesta tipologia de projectes és indispensable la participació de com a mínim dues entitats, i també la intencionalitat d'incorporar espais i eines per afavorir la reflexió de les persones participants.

Aquesta metodologia ens permet establir un compromís real amb la comunitat per assolir un bé social, alhora que l'alumnat desenvolupa les competències acadèmiques, els valors i la responsabilitat social (Rhoads i Neururer, 1998). L'activitat física i l'esport poden esdevenir una gran eina per desenvolupar projectes d'ApS i promoure la inclusió social en col·lectius

vulnerats (Fernández-Gavira *et al.*, 2017). De fet, hi ha nombroses experiències d'ApS en estudis de la família de l'activitat física i l'esport (Chiva-Bartoll *et al.*, 2019).

En la recent revisió sistemàtica de Pérez-Ordás *et al.* (2021) es va analitzar la implementació de 31 projectes d'ApS als estudis universitaris de la família de l'educació física. Els col·lectius receptors del servei dels projectes desenvolupats a través de l'activitat física i l'esport són molt diversos, per exemple joves en risc d'exclusió social, nens i nenes amb discapacitat, persones refugiades, gent gran, etc. Tot i les grans diferències entre els col·lectius receptors dels diferents projectes d'ApS analitzats, l'estudi de Pérez-Ordás va concloure que l'ApS, en utilitzar l'esport com a eina per a la inclusió social, té un potencial excel·lent com a recurs per al desenvolupament d'habilitats professionals, personals i socials les persones participants. A més, l'ApS també promou la connexió dels futurs professionals de l'activitat física amb les realitats i els desafiaments d'un entorn educatiu divers i en evolució constant.

Banc d'experiències de projectes que afavoreixen la inclusió social

En aquest apartat es presenten algunes experiències de projectes esportius que fan servir l'esport com a eina transformadora en les vides dels i les joves. En concret, es presenten tres projectes: a) VPK, b) Aprèn i treballa i c) Media Sport Jove.

a) Projecte d'ApS VPK. Curs de formació de joves dinamitzadors d'activitats d'oci juvenil

Vente Pa'Ka (VPK) és un projecte d'oci nocturn alternatiu i juvenil nascut el 2006 al barri de Marianao de Sant Boi de Llobregat. L'objectiu del projecte és esdevenir un model de referència en els processos de participació juvenil. Dins del projecte s'ofereixen activitats gratuïtes, per cercar un model d'oci inclusiu i obert a tothom, en què es fomenta l'accés dels i de les joves a la cultura, l'esport i l'ús dels espais públics en horaris poc habituals (nocturn). Per a més informació sobre el projecte, es pot consultar el seu lloc web: <http://vpk.cat/>.

Dins del marc del projecte, es va desenvolupar un projecte d'ApS que consistia en un curs de formació de joves dinamitzadors d'activitats d'oci juvenil. L'objectiu era que un grup de nois i noies es formés per convertir-se en dinamitzadors d'activitats d'oci i oferir als joves de la zona un programa alternatiu per als vespres del cap de setmana. Les entitats que hi van participar van ser la Fundació Marianao, l'IES Rafael Casanova i l'IES Marianao.

Cal destacar finalment que, un cop acabat el curs, el 70 % dels joves es van vincular a algun dels projectes d'intervenció social que ofereix la Fundació Marianao, i van esdevenir voluntaris implicats en la transformació del seu entorn. Per tant, la formació i la vinculació a un projecte pràctic de caire socioeducatiu ens assenyala que, si s'ofereixen les eines i la motivació necessàries, els i les joves són capaços de liderar processos participatius i projectes orientats a la millora del seu entorn (Osias, 2018).

b) Projecte ApS Aprèn i treballa

El projecte Aprèn i treballa va néixer el 2006 amb la intenció de promoure la formació sociolaboral de joves en situació d'inactivitat, d'origen immigrant, amb una formació incompleta o insuficient, sense experiència laboral o en situació de desestructuració, a través de fer serveis a la seva comunitat (Lombarte, 2019).

El que caracteritza el projecte, a diferència d'altres experiències, és que, atenent les característiques socials dels joves, aquests reben una beca econòmica per dur a terme el servei a la comunitat. Aquesta beca serveix, d'una banda, per motivar els i les joves i, de l'altra, per potenciar els seus vincles amb la comunitat, que acollirà i valorarà la seva contribució social.

El projecte s'estructura en tres fases: l'aprenentatge, el servei i la inserció formativa i laboral. En una primera fase, les persones participants assoleixen aprenentatges pràctics i reben els continguts necessaris per poder desenvolupar l'ofici en el qual es vulgui concretar l'acció. En una segona fase, duen a terme un servei a la comunitat en alguna institució de la ciutat, amb l'acompanyament educatiu. I, per acabar, els faciliten la inserció formativa o laboral a les empreses on s'ha fet la prospecció amb anterioritat. El tipus d'entitats i accions vinculades desenvolupades pel projecte han estat dels àmbits següents: monitor/a de menjador, pintura, cuina, restauració, restauració de mobles, reparació de bicicletes, jardineria, electricitat, manteniment d'edificis, atenció a la gent gran; monitor/a de temps d'oci i reparació d'ordinadors.

Per a més informació, es pot consultar el relat de l'experiència en el lloc web següent: https://aprenentatgeservei.cat/wp-content/uploads/relats_exp/Apren-i-treballa-plantilla.pdf.

Les entitats que hi van participar van ser la Fundació Marianao de Sant Boi de Llobregat; la Fundació Comtal (nucli antic), el Casal dels Infants del Raval i Salesians Sant Jordi (Martí Codolar), els Salesians Sant Jordi (Mataró) i el Centre d'Iniciatives Juvenils contra l'Atur (Lleida).

c) Projecte Media Sport Jove

El projecte Media Sport Jove va sorgir a partir de la iniciativa de l'Associació Esportiva Ciutat Vella d'ampliar la línia d'actuació sobre la perspectiva de gènere en l'activitat física i l'esport. Es va iniciar el curs 2018-1019 amb l'objectiu de promocionar i visibilitzar l'esport femení sense prejudicis.

En el projecte van participar noies i joves d'entre 12 i 18 anys dels instituts del districte de Ciutat Vella. Les participants van organitzar un grup de creació i difusió de continguts focalitzat en la situació actual de la dona en l'àmbit esportiu, concretament en l'esport base femení al seu districte. A més, en el projecte també s'incorporava la reflexió sobre l'escassa repercussió mediàtica que té l'esport femení en l'actualitat esportiva als mitjans de comunicació.

L'objectiu final d'aquest projecte és que el grup de nenes i joves acabin esdevenint un equip de treball autònom que formarà part de l'entitat i que puguin treballar en col·laboració amb altres entitats. Per a més informació sobre el projecte, es pot consultar el seu lloc web: <https://www.aeciutatvella.cat/mediasport-jove/>.

En el marc d'aquest projecte, el 2019 es va dur a terme el documental *Som marimachos - Visibilitzem l'esport sense prejudicis*, que es va estrenar a la Filmoteca de Catalunya.

CONCLUSIONS

A partir del recorregut que hem fet al llarg d'aquest article sobre el valor de l'esport com a eina de transformació social, podem situar l'activitat física i l'esport en el centre de les intervencions sociocomunitàries. Tenint en compte aquest potencial, a continuació s'aporten alguns factors i consideracions a tenir en compte a l'hora de gestionar iniciatives i projectes que pretenen afavorir la inclusió social.

Segons Collins i Kay (2014), un primer element clau és que qualsevol intervenció ha de tenir un enfocament comunitari en què es fomenti la participació activa dels diferents agents i participants. Aquesta participació requereix suport perquè les persones puguin tenir la capacitat d'autoorganització en l'àmbit comunitari.

Un segon element clau és la contextualització de les accions, en què s'estudiïn i s'analitzin les necessitats socials concretes de l'entorn on es desenvoluparà i de les persones que hi participaran, tenint en compte les condicions d'accés i les barreres principals (Organització Mundial de la Salut, 2013).

Un tercer element és el seguiment i l'avaluació de les intervencions, ja que ens permeten analitzar i prendre decisions adequades. Les intervencions i els projectes han de preveure la valoració del procés, verificar els resultats esperats i, un cop finalitzada la intervenció, veure si els objectius i indicadors plantejats a l'inici s'han assolit i en quina mesura (Collins i Kay, 2014).

També és essencial tenir en compte el perfil i les condicions de l'equip de professionals que durà a terme les intervencions. És indispensable que les persones que desenvolupin les propostes estiguin especialitzades i formades per dur a terme aquestes intervencions i alhora coneguin el context on es desenvolupen. La literatura científica recomana que les persones que desenvolupen aquests projectes rebin una formació adequada sobre els beneficis de salut o complementaris (en termes d'inclusió social, ocupabilitat...) que se cerquen mitjançant la intervenció (Collins i Kay, 2014).

Cada vegada més, és indispensable que s'estableixen equips multidisciplinaris, en què els i les professionals de l'activitat física i l'esport, juntament amb altres professionals, treballin coordinadament perquè l'impacte de les intervencions sigui més alt. A més, en aquest sentit, el treball en xarxa amb la comunitat i les entitats serà essencial per afavorir l'efecte multiplicador de les intervencions.

Per tal d'afavorir el treball en xarxa, un repte possible seria incorporar la metodologia de l'ApS en els diferents contextos socials (centres educatius, clubs esportius, centres d'educació no formal) que afavoreixin i promoguin la justícia social (Jones, 2017).

Finalment, un aspecte a considerar és la duració dels projectes: les accions puntuals en alguns casos són necessàries perquè les persones coneguin la pràctica d'activitat física i s'hi puguin adherir, però, per tal de generar itineraris formatius i laborals, els projectes han de perdurar en el temps i han de ser sostenibles per garantir-ne la continuïtat.

En conclusió, podem afirmar que l'esport no és una solució a l'exclusió per si mateixa, però pot ser un catalitzador per a la inclusió. Les desigualtats estructurals que es donen en la nostra societat no es poden resoldre de forma aïllada. Si la política esportiva no va acompanyada de mesures socials de més rellevància, no es pot donar resposta als reptes actuals. Això no vol dir que hàgim de prescindir de l'esport com a eina de política social, sinó que cal aprofitar els avantatges del seu ús planificat i ben gestionat.

BIBLIOGRAFIA

BEENACKERS, M. A. , KAMPHUIS, C., GISKES, K., BRUG, J., KUNST, A. E., BURDORF, A., & VAN LENTHE, F. J. (2012). «Socioeconomic inequalities in occupational, leisure-time, and transport related physical activity among European adults: a systematic review». *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9(1), 1-23.

CHIVA-BARTOLL, O., RUIZ-MONTERO, P. J., MARTÍN-MOYA, R., PÉREZ LÓPEZ, I., GILES GIRELA, J., GARCÍA-SUÁREZ, J., I RIVERA GARCÍA, E. (2019). «University service-learning in physical education and sport sciences: A systematic review». *Revista Complutense de Educación*, 30(4), 1147-1164.

COMISSIÓ EUROPEA (2010). *El fondo social europeo y inclusión social*. Comissió Europea.

COLLINS, M. (2014). *Sport and social exclusion*. Routledge.

COLLINS, P. H.; BILGE, S. (2020). *Intersectionality*. John Wiley & Sons.

COLLINS, M.; KAY, T. (2014). «Exclusion, education and young people's sport». A: Collin, M. (ed.). *Sport and social exclusion*. Routledge.

DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ (2021). *Abandonament prematur dels estudis (18-24 anys)*.

Disponible a:

<https://educacio.gencat.cat/ca/departament/estadistiques/indicadors/europeus/abandonament-prematur/> [Consulta: 18 novembre 2022].

EUROSTAT (2021). *Taxa d'atur juvenil a Catalunya*. Disponible a: <https://ec.europa.eu/eurostat> [Consulta: 18 novembre 2022].

FERNÁNDEZ-GAVIRA, J.; HUETE-GARCÍA, M. Á.; VÉLEZ-COLÓN, L. (2017). «Vulnerable groups at risk for sport and social exclusion». *Journal of Physical Education and Sport*, 17 (1), 312-326.

GEUDENS, T.; SCHROEDER, K. (2011). *Fit for life. Using sports as an educational tool for the inclusion of young people with fewer opportunities*. Salto-Youth Inclusion Resource Centre.

IDESCAT (2021). *Indicador de la taxa de risc de pobresa o exclusió social i els seus components*. Disponible a: <https://www.idescat.cat/indicadors/?id=anuals&n=10412> [Consulta: 18 novembre 2022].

ISO-AHOLA, S.; JACKSON, E.; DUNN, E. (1994). «Starting, ceasing and replacing leisure activities over the lifespan». *Journal of Leisure Research*, 26, 227-249.

JONES, N. N. (2017). «Modified immersive situated service learning: A social justice approach to professional communication pedagogy». *Business and Professional Communication Quarterly*, 80(1), 6-28.

LOMBARTE, S. (2019). *Projecte Aprèn i Treballa*. Centre Promotor d'Aprenentatge Servei.

MCGUIRE, M.; DOTTAVIO, F.; O'LEARY, J. (1987). «The relationship of early life experiences to later life leisure involvement». *Leisure Sciences*, 9, 251-257.

MITCHELL, J. D.; SIMMONS, C. Y.; GREYERBIEHL, L. A. (2014). *Intersectionality & higher education*. Peter Lang.

MONTEAGUDO SÁNCHEZ, M. J. (2014). «Factores determinantes de la adherencia deportiva juvenil: aportaciones desde los itinerarios de ocio deportivo». *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 14(1), 62-82.

ORGANITZACIÓ DE LES NACIONS UNIDES (ONU) (2015). «Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development; Resolution adopted by the General Assembly A/RES/70/1». Disponible a: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/> [Consulta: 18 novembre 2022].

ORGANITZACIÓ MUNDIAL DE LA SALUT (2013). *Physical activity promotion in socially disadvantaged groups: principles for action: PHAN Work Package 4* (No. WHO/EURO: 2013-4480-44243-62498). Organització Mundial de la Salut. Oficina Regional per a Europa.

OSIAS, D. (2007). *VPK. Curs de formació de joves dinamitzadors d'activitats d'oci juvenil*. Centre Promotor d'Aprenentatge-Servei.

PÉREZ-ORDÁS, [et al.] (2021). «Implementing Service-Learning Programs in Physical Education; Teacher Education as teaching and learning models for all the agents involved: A systematic review». *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 669.

PUIG, N.; MASNOU, M. M. (1988). «Los itinerarios deportivos de la población juvenil». *Revista de Estudios de Juventud*, 32, 45-56.

PUIG, J. M.; BATLLE, R.; BOSCH, C. (2006). *Aprenentatge servei: educar per a la ciutadania*. Editorial Octaedro.

RHOADS, R. A.; NEURURER, J. (1998). «Alternative spring break: Learning through community service». *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 35(2), 83-101.