



Título: El Deporte y la Recreación como Herramientas de Protección contra la explotación y abuso de la Infancia y adolescencia en Contextos de Vulnerabilidad en la Comunidad del barrio de Centro abastos en Bucaramanga.

Modalidad: Práctica Social Comunitaria

Karol Stefany Hernandez Pulido  
1005237134

**UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER**  
Facultad de Ciencias Socioeconómicas y Empresariales  
Profesional en Cultura Física y Deporte  
Bucaramanga-Santander  
30/ 04/2026



Título: El Deporte y la Recreación como Herramientas de Protección contra la explotación y abuso de la Infancia y adolescencia en Contextos de Vulnerabilidad en la Comunidad del barrio Centro abastos en Bucaramanga.

Modalidad: Práctica Social

Karol Stefany Hernandez Pulido  
Cc 1005237134

**Informe de práctica para optar al título de  
Profesional en Cultura Física y Deporte**

**DIRECTOR**

Jose Aurelio Barrios Pinzon

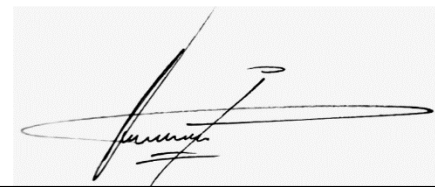
Anadelina Benavides:

Grupo de investigación Ciencia e innovación deportiva - GICED

**UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER**  
Facultad de Ciencias Socioeconómicas y Empresariales  
Profesional en Cultura Física y Deporte  
Bucaramanga-Santander  
30/ 04/2026

### Nota de Aceptación

Este informe final de trabajo de grado, en modalidad Práctica Social Comunitaria, fue **APROBADO**, en cumplimiento de uno de los requisitos exigidos por las Unidades Tecnológicas de Santander para optar al título de **PROFESIONAL EN CULTURA FÍSICA Y DEPORTE**, Según acta N.º 6 del 16 de Junio del 2026, del Comité de Trabajo de Grado.



NICOLAS DIAZ  
Firma del Evaluador



Firma del Director

## DEDICATORIA

Primero que nada gracias a Dios por permitir estar viviendo este logro tan importante en mi vida y a mí misma por no rendirme ante la adversidad y luchar por un título que aspiraba obtener y por el cual luche cada día durante estos 5 años de estudio y en segundo lugar doy gracias a mi familia: Padre, Madre Hermanos, demás parientes y amigos más cercanos, por siempre apoyarme y orientarme de la mejor manera.

## AGRADECIMIENTOS

Agradezco de corazón a todas las personas que, a lo largo de este camino, me orientaron y motivaron en cada periodo académico: a mis docentes por siempre orientarme de la manera más clara y agradable, a mi familia porque estuvo apoyándome tanto emocional como económicamente durante este tiempo, a mis amigos y a mis compañeros de esta aventura porque en cada aventura en cada desafío demostramos lo mejor y logramos cruzarlo siempre de la mejor manera. Muchas gracias; que este sea el primer logro importante y que vengan muchos más.

## TABLA DE CONTENIDO

<b><u>INTRODUCCIÓN</u></b> .....	<b>8</b>
<b><u>1. IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA O COMUNIDAD</u></b> .....	<b>9</b>
<b><u>2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</u></b> .....	<b>10</b>
<b>2.1. DESCRIPCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA</b> .....	<b>10</b>
<b>2.2. JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA</b> .....	<b>11</b>
<b>2.3. OBJETIVOS</b> .....	<b>12</b>
2.3.1 OBJETIVO GENERAL .....	12
2.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	12
<b>2.4 ANTECEDENTES DE LA EMPRESA</b> .....	<b>13</b>
<b><u>3 MARCO REFERENCIAL</u></b> .....	<b>14</b>
<b><u>4 DESARROLLO DE LA PRÁCTICA</u></b> .....	<b>16</b>
<b><u>5 RESULTADOS</u></b> .....	<b>17</b>
<b><u>6 CONSIDERACIONES ÉTICAS</u></b> .....	<b>19</b>
<b><u>7 CONCLUSIONES</u></b> .....	<b>19</b>
<b><u>8 RECOMENDACIONES</u></b> .....	<b>22</b>
<b><u>9 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</u></b> .....	<b>23</b>
<b><u>10 APENDICES</u></b> .....	
<b><u>11 ANEXOS</u></b> .....	

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Tipos de Investigación .....**¡Error! Marcador no definido.**

## INTRODUCCIÓN

El presente proyecto surge como respuesta a las problemáticas sociales que afectan a la población infantojuvenil de la comunidad del barrio Galán y sectores aledaños a Centro abastos en Bucaramanga, donde la presencia de trabajo infantil, el consumo de sustancias, situaciones de abuso y condiciones de vulnerabilidad económica limitan el desarrollo integral de la población infantil y adolescente del sector.

Frente a esta situación, la Fundación Semillas de Ilusión, una entidad sin ánimo de lucro con amplia trayectoria en la protección de la infancia y erradicación del trabajo infantil, brinda un escenario de intervención para lograr la realización de esta propuesta. A través de un programa estructurado de actividades deportivas y recreativas, con las que se busca generar espacios seguros que actúen como factores protectores frente al abuso y la explotación infantil, promoviendo al mismo tiempo el fortalecimiento de habilidades físicas, sociales y emocionales de la población infantojuvenil del sector.

El deporte y la recreación han sido ampliamente reconocidos como herramientas efectivas de intervención social, capaces de transformar entornos de vulnerabilidad mediante la construcción de valores, la disciplina y el desarrollo de competencias para la vida. En este sentido, la propuesta articula fundamentos teóricos del deporte, la recreación y la intervención social comunitaria con la práctica directa, aportando tanto al bienestar de los beneficiarios como a la formación profesional de los estudiantes de las UTS comprometidos con la transformación social.

## 1. IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA O COMUNIDAD

La organización es una fundación sin ánimo de lucro orientada al desarrollo social comunitario en el barrio que se encuentra alrededor de Centro abastos. Su objeto misional se centra en la inclusión y protección integral de la población en condición de vulnerabilidad, con énfasis en la primera infancia y adolescencia del sector. Para ello, implementa programas de intervención deportiva y recreativa que promueven la participación activa de los menores en entornos seguros y supervisados, contribuyendo a la prevención y mitigación de factores de riesgo asociados a la explotación y el abuso infantil. A través de este enfoque integral, la fundación busca fortalecer las capacidades individuales y colectivas de sus beneficiarios, generando condiciones que favorezcan su desarrollo humano sostenible y el acceso a mejores oportunidades en el futuro.

## 2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción de la Problemática

La fundación semillas de ilusión se enfoca en la comunidad del barrio galán y comunidad ubicada en sectores aledaño a Centro abastos, las cuales presentan problemáticas sociales complejas caracterizadas por la presencia de explotación laboral infantil, drogadicción y situaciones de abuso hacia menores, en un entorno donde predominan condiciones de vulnerabilidad económica y social. Esta situación incide negativamente ( El trabajo infantil y su impacto en los sentidos y emociones de niñas y niños 22 Julio, 2022 ICBF ) este documento habla del impacto emocional y de los riesgos, de abusos verbales y físicos a los que exponen a los niños cuando son explotados laboralmente, no permiten el desarrollo integral de los niños, afectando su bienestar físico, emocional y su permanencia en el sistema educativo y además se identifican prácticas de crianza inadecuadas que son la explotación del infante como medio de subsistencia familiar y la exposición constante de los menores a ambientes inadecuados y poco seguros. A su vez, la falta de conciencia frente a las implicaciones del abuso infantil y la reproducción de patrones culturales permisivos frente a estas conductas refuerzan la permanencia del problema.

El entorno cotidiano de los niños, caracterizado por largas jornadas en espacios laborales informales y la escasa supervisión de los padres hacia la población infantojuvenil, genera una limitación en el desarrollo psicosocial y la construcción de proyectos de vida saludables, perpetuando ciclos de vulnerabilidad dentro de la comunidad. Entonces con base en estas problemáticas se ha planteado la pregunta.

¿En qué medida la vinculación sistemática de la población infantojuvenil en condición de vulnerabilidad a programas de actividades deportivas y recreativas,

contribuye a la disminución de conductas de riesgo asociadas al abuso y la explotación infantil en la comunidad aledaña a Centro abastos?

## 2.2. Justificación de la Práctica

La propuesta Se sustenta en la necesidad de atender una problemática social que afecta significativamente el crecimiento integral de la población infantojuvenil del sector aledaño a Centro abastos, donde la presencia de trabajo infantil y situaciones de abuso limita su bienestar físico, emocional y su permanencia en procesos educativos. Además el derecho al deporte y al juego recreativo en la infancia está reconocido explícitamente en la Convención de los Derechos del Niño (ONU, 1989). Porque la exposición constante a entornos inadecuados y prácticas de crianza deficientes propicia la reproducción de conductas de riesgo y ciclos de vulnerabilidad que impactan negativamente su desarrollo psicosocial. Para implementar estrategias basadas en la actividad deportiva y recreativa que permitan generar espacios protectores, promover hábitos saludables y fortalecer habilidades socioemocionales en la población infantil.

La incorporación sistemática de estas actividades permite generar espacios seguros, fortalecer habilidades socioemocionales, mejorar la convivencia y disminuir la exposición de los menores a entornos de riesgo. En términos sociales, la propuesta favorece la reconstrucción del tejido comunitario, contribuye indirectamente a reducir prácticas asociadas al trabajo infantil y aporta al desarrollo de competencias físicas y valores como la consideración hacia los demás, respeto y el espíritu de equipo.

Esta propuesta tiene valor teórico al integrar conocimientos del deporte, la recreación y la intervención social, evidenciando su impacto en contextos de

vulnerabilidad. Asimismo, resulta pertinente para las UTS, ya que fortalece la aplicación práctica de los saberes adquiridos por los estudiantes, promoviendo su compromiso con la transformación social y su aporte al bienestar de la comunidad. La viabilidad del proyecto radica en el uso de recursos accesibles y estrategias aplicables, generando efectos favorables y duraderos en la calidad de vida de la población infantojuvenil.

## **2.3. Objetivos**

### **2.3.1 Objetivo General**

Fomentar el desarrollo integral de la población infantojuvenil en entorno de vulnerabilidad de la comunidad del barrio Galán y zonas aledañas a la Fundación Semillas de Ilusión en Centro abastos, mediante la implementación de estrategias de intervención deportivas y recreativa que contribuyan a la reducción de conductas de riesgo asociadas al abuso y la explotación infantil, fortaleciendo sus capacidades físicas, emocionales y sociales como pilares de su protección y bienestar.

### **2.3.2 Objetivos Específicos**

1. Vincular a la población infantojuvenil en condición de vulnerabilidad de la comunidad del barrio Galán y zonas aledañas a la Fundación Semillas de Ilusión, mediante estrategias de convocatoria y sensibilización dirigidas a sus familias y entorno comunitario, que promuevan su participación activa en el plan de actividades deportivas y recreativas como factor protector frente al abuso y la explotación infantil.
2. Ejecutar un plan de actividades deportivas y recreativas orientadas al fortalecimiento de habilidades físicas, sociales y de valores que contribuyan a la

prevención del abuso y la explotación infantojuvenil que hacen parte de la iniciativa.

3. Realizar un seguimiento a los avances en el desarrollo integral de la población infantojuvenil participantes de las disciplinas deportivas y recreativas que brinda la fundación, mediante la observación continua de cambios progresivos en sus dimensiones física, emocional y social durante el proceso de intervención.

## 2.4 Antecedentes de la Empresa

La Fundación Semillas de Ilusión es una entidad sin ánimo de lucro ubicada en la Vía Palenque — Café Madrid No. 44-96, Centro abastos, Bucaramanga, Santander, dedicada al desarrollo de programas orientados al servicio de los niños, niñas, jóvenes trabajadores, adultos mayores y padres cabeza de familia que hacen parte de la comunidad laboral de Centro abastos, con el fin de propiciar el mejoramiento de sus condiciones de vida a partir de procesos de formación integral y apoyo a sus necesidades básicas (Fundación Semillas de Ilusión, s.f.).

Fundada y respaldada por los comerciantes de la Central de Abastos de Bucaramanga, la institución se ha consolidado como pionera en la erradicación del trabajo infantil en la región, implementando estrategias innovadoras que buscan proteger a los niños y niñas de la explotación laboral mediante la sensibilización de comerciantes, la creación de espacios educativos y la promoción de oportunidades para el desarrollo integral de la infancia (Centro abastos S.A., 2025).

En relación con las actividades objeto de la práctica, la Fundación ofrece una oferta integral que incluye actividades de lucha, canto, biblioteca, apoyo alimentario mediante desayunos escolares, acompañamiento psicológico a niños y padres, educación física y formación en valores, constituyendo un escenario propicio para

el desarrollo de intervenciones orientadas al fortalecimiento integral de la población beneficiaria (Fundación Semillas de Ilusión, s.f.).

Respecto a su cobertura e impacto social, durante 2025 la Fundación atendió mensualmente a más de 500 niños y sus familias, brindando una oferta integral académica, deportiva y recreativa, reafirmando su compromiso con la niñez más vulnerable del entorno de Centro abastos (Centro abastos S.A., 2025).

Finalmente, con el propósito de garantizar su sostenibilidad institucional, la Fundación cuenta con el Centro Productivo Semillas a Mil Sabores, un emprendimiento social e innovador que genera recursos económicos para ser autosuficiente en beneficio de los niños, jóvenes y adultos que hacen parte de sus programas (Fundación Semillas de Ilusión, s.f.).

### 3 MARCO REFERENCIAL

#### **Deporte y recreación como herramienta de intervención social.**

La actividad deportiva y recreativa ha sido reconocida como una estrategia efectiva de intervención social en poblaciones vulnerables, al proporcionar entornos seguros, fortalecer habilidades sociales, promover valores y generar factores protectores frente a conductas de riesgo (Consejo Superior de Deportes y UNICEF España, 2018). El deporte actúa como medio de inclusión, disciplina y construcción de identidad positiva en menores en situación de riesgo.

#### **Beneficios físicos, psicológicos y sociales del ejercicio en niños vulnerables.**

Martínez-Hernández (2024) afirma que realizar ejercicio físico durante la edad escolar genera importantes beneficios físicos, psicológicos y sociales,

convirtiéndose en un proceso formativo y en uno de los derechos fundamentales de la niñez. (Revista medicojuridica) Sin embargo, el acceso a estas actividades en grupos vulnerables está condicionado por factores socioculturales y familiares que deben ser atendidos desde estrategias de intervención comunitaria.

### **Las actividades lúdicas y deportivas en el desarrollo de habilidades de afrontamiento.**

Gallardo et al. (2024) destacan que la participación en actividades recreativas y deportivas promueve una imagen positiva de sí mismos en los jóvenes, ayuda en el desarrollo de habilidades de comunicación y fomenta comportamientos responsables, constituyéndose en herramientas efectivas para manejar situaciones de riesgo. (Bienestar y protección infantil) Estas habilidades son esenciales para que los niños, niñas y adolescentes identifiquen situaciones de abuso, establezcan límites y busquen apoyo en adultos de confianza.

### **La recreación como proceso formativo y de autoexpresión.**

Narváz y Trejo (2024) plantean que la recreación implica la libertad total del niño para expresarse sin restricciones, constituyéndose en un medio de educación para la libertad. (UNICEF Ciudades Amigas de la Infancia) En este sentido, los espacios recreativos no solo generan bienestar, sino que favorecen la construcción de identidad, la regulación emocional y el desarrollo de habilidades sociales en niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad.

### **El juego y el deporte como mediadores en la prevención del abuso infantil.**

Según Garaigordobil (2005), las actividades lúdicas, deportivas y recreativas constituyen herramientas de mediación eficaces en la prevención del abuso infantil, dado que fortalecen habilidades sociales como la empatía, la comunicación asertiva

y el autocontrol. Estas competencias permiten a los menores identificar situaciones de riesgo, establecer límites y buscar apoyo en adultos de confianza.

#### **4 DESARROLLO DE LA PRÁCTICA**

Mi proceso de práctica en la Fundación Semillas de Ilusión se estructuró en torno a tres ejes fundamentales que orientaron cada una de las intervenciones realizadas. En primer lugar, se llevó a cabo un proceso de convocatoria y sensibilización dirigido a las familias y comunidad del barrio Galán y sus zonas aledañas, con el propósito de vincular a la población infantojuvenil en situación de vulnerabilidad, al programa ofrecido por la fundación. Para ello, se distribuyeron material visual e informativo como volantes buscando la participación de la comunidad a diversas actividades realizadas y se buscó realizar convenios con instituciones educativas del sector, buscando que las familias reconocieran el deporte y la recreación como herramientas protectoras frente al abuso y la explotación infantil. En segundo lugar, se implementó un programa de actividades deportivas y recreativas con enfoque lúdico y participativo, diseñado para fortalecer habilidades físicas, sociales y de valores en los participantes. Cada sesión integró de manera transversal principios como el trabajo en equipo, el respeto, la responsabilidad y el autocuidado, generando espacios de encuentro que favorecieron la construcción de vínculos de confianza entre la población infantojuvenil y el equipo de la fundación. Finalmente, se desarrolló un proceso de seguimiento continuo que permitió observar y registrar los avances de los niños y jóvenes en sus dimensiones físicas, emocional y social, utilizando los registros de asistencia, su forma de actuar y dialogar con lo demás, lo cual facilitó ajustar las intervenciones según las necesidades identificadas y evidenciar el impacto positivo del programa en el desarrollo integral de la población infantojuvenil.

## 5 RESULTADOS

Durante el proceso de práctica, se evidenció un crecimiento progresivo en la vinculación de población infantojuvenil a la Fundación Semillas de Ilusión, resultado directo de las estrategias de promoción implementadas. Entre estas estrategias, la distribución de volantes informativos en el barrio Galán, jugó un papel fundamental el dar a conocer las diversas actividades realizadas a la comunidad por medio de panfletos y de igual manera, la comunicación informal entre los propios niños y adolescentes que participaban activamente en la fundación se convirtió en un canal de difusión espontáneo ya que su experiencia positiva motivó a otros menores de su entorno a integrarse al programa como se evidencia en las siguientes imágenes.



En el proceso de intervención, se evidenciaron mejoras significativas tanto en la condición física como en el bienestar emocional y mental de la población infantojuvenil participe del plan de actividades. Los avances fueron el resultado del trabajo continuo y desarrollado de cada una de las sesiones realizadas dentro del programa ofrecido por la Fundación Semillas de Ilusión. En cuanto a la dimensión

física, se observaron progresos en aspectos como la resistencia, la coordinación motriz y el rendimiento general durante las actividades deportivas y recreativas. En la dimensión emocional y mental, se identificaron cambios positivos en el manejo de emociones, la autoestima y la capacidad de relacionarse con los demás, lo que evidencia un impacto positivo en cada uno de los participantes del programa, que se evidencian en los anexos A,B,C.D.F...

## 6 CONSIDERACIONES ÉTICAS

Al intervenir con la población infantojuvenil en situación de vulnerabilidad, se deben aplicar los cuatro principios bioéticos:

- **Beneficencia:** Las actividades están diseñadas para generar bienestar físico, emocional y social en los participantes.
- **No maleficencia:** Las sesiones deportivas y recreativas deben estar supervisadas para prevenir lesiones físicas o daño emocional.
- **Autonomía:** Se respeta la voluntad del menor y de su familia para participar o retirarse del programa en cualquier momento.
- **Justicia:** El acceso al programa es equitativo, sin discriminación por condición económica, género u otra característica.

### **RIESGO FÍSICO EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

Las prácticas de baloncesto, voleibol y actividades lúdicas implican un riesgo físico. Para mitigarlo:

- Diseñar sesiones adaptadas a las capacidades físicas de cada grupo etario.
- Disponer de un protocolo de primeros auxilios básicos.
- Supervisar en todo momento las actividades.

### **RIESGO SOBRE DERECHOS HUMANOS**

Existe el riesgo de Re victimización si no se maneja con sensibilidad. Se recomienda:

- No indagar directamente sobre experiencias traumáticas durante las actividades.
- Contar con el acompañamiento del psicólogo de la Fundación Semillas de Ilusión para casos que lo requieran.

- Seguir los protocolos de la Fundación y del ICBF ante cualquier situación de riesgo identificada.

## 7 CONCLUSIONES

La práctica profesional realizada en la Fundación Semillas de Ilusión constituyó un escenario de intervención que permitió evidenciar, de manera concreta, el potencial transformador del deporte y la recreación como herramientas de protección frente al abuso y la explotación infantil en contextos de alta vulnerabilidad social. La comunidad del barrio Galán y sus zonas aledañas a Centro abastos en Bucaramanga representa una realidad compleja, marcada situación de vulnerabilidad. En relación con el primer objetivo específico, la vinculación progresiva de población infantojuvenil al fue el resultado de un proceso de convocatoria y sensibilización que, lejos de ser inmediato, requirió constancia y una comprensión profunda del entorno comunitario. La distribución de material informativo en el barrio y la comunicación espontánea entre los propios participantes se convirtieron en los canales de difusión más efectivos, lo que evidencia que cuando una intervención responde a necesidades reales de la comunidad, esta misma se encarga de sostenerla y ampliarla. Respecto al segundo objetivo específico, la implementación de un plan de actividades deportivas y recreativas que integró disciplinas como el baloncesto, voleibol y recreación con enfoque de lúdico permitió generar espacios seguros que actuaron como factores protectores frente al abuso, la explotación infantil y la exposición a sustancias y además Cada sesión, estructurada en torno a principios como el trabajo en equipo, el respeto y el autocuidado, contribuyó no solo al desarrollo físico de la población, sino también a la construcción de vínculos de confianza fundamentales para su desarrollo integral. En cuanto al tercer objetivo específico, el seguimiento continuo mediante la observación de los cambios en las dimensiones física, emocional y social de los participantes permitió evidenciar cambios concretos como: mejoras significativas en

el deporte, el incremento del autoestima y la capacidad de relacionarse con otros( trabajo en equipo y comunicación asertiva). En términos generales, la experiencia permite conocer la importancia de implementar planes o programas deportivo y recreativo orientado a la reducción de conductas de riesgo y nos da a conocer que no es solo alcanzable, sino necesario en contextos de vulnerabilidad y La Fundación Semillas de Ilusión, con más de 25 años de trayectoria en la protección de la infancia y la erradicación del trabajo infantil (Centro abastos S.A., 2025), ofrece un escenario que potencia y permite este tipo de intervenciones , que reafirma la pertinencia social del profesional en Cultura Física y Deporte como agente activo de transformación comunitaria.

## 8 RECOMENDACIONES

A partir de la experiencia vivida durante la práctica en la Fundación Semillas de Ilusión, algunas recomendaciones que pueden ser útiles para quienes continúen este proceso en el futuro.

Contar con instrumentos de seguimiento más organizados, como fichas de evaluación inicial y final, que permitan registrar de forma más clara los cambios y avances de cada participante durante el programa. Esto ayudaría a tener evidencias más concretas del trabajo realizado.

Involucrar más a las familias a través de talleres o reuniones periódicas, ya que el apoyo del entorno familiar es clave para que los niños y adolescentes se beneficien de manera más completa de las actividades ofrecidas por la fundación.

Por último, se sugiere documentar cada intervención de manera constante, ya que esto permite aprender sobre la experiencia y ayuda como guía para los practicantes que lleguen en el futuro.

## 9 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Organización Mundial de la Salud. (2020). Directrices sobre actividad física y comportamiento sedentario. Organización Mundial de la Salud.

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2017). Una situación habitual: La violencia en las vidas de los niños y los adolescentes.

UNICEF.

[https://www.unicef.org/publications/files/Violence\\_in\\_the\\_lives\\_of\\_children\\_Spanish.pdf](https://www.unicef.org/publications/files/Violence_in_the_lives_of_children_Spanish.pdf).

UNESCO. (2015). Educación física de calidad (EFC): Guía para responsables de políticas. UNESCO.

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340>

León, J., et al. (2024). Actividades físicas recreativas y prevención de conductas de riesgo en jóvenes vulnerables. Revista de Ciencias del Deporte.

Gallardo, F., et al. (2024). Actividades recreativas y deportivas como herramientas de desarrollo de habilidades de afrontamiento en jóvenes en riesgo. Revista de Psicología del Deporte.

Narváez, A. y Trejo, M. (2024). La recreación como proceso formativo en la niñez: libertad, expresión y desarrollo integral. Revista Latinoamericana de Educación Física y Recreación.

Garaigordobil, M. (2005). Diseño y evaluación de un programa de intervención socioemocional para promover la conducta prosocial y prevenir la violencia. Ministerio de Educación y Ciencia de España.

Fundación Semillas de Ilusión. (s.f.). Quiénes somos. Centro abastos S.A.  
<https://www.centroabastos.com/fundacion-semillas-de-ilusion>.

Centro abastos S.A. (2025). Fundación Semillas de Ilusión: 25 años transformando vidas.  
<https://www.semillasdeilusion.org/inicio>.

Ministerio del Deporte. (2022). Plan Sectorial del Deporte, la Recreación y la Actividad Física 2022–2026. República de Colombia.  
<https://www.mindeporte.gov.co>

## 10 ANEXOS

### Anexos A

Evidencia de la práctica  
Actividad recreativa



### Anexo B

Evidencia de la práctica  
Coordinación trabajo en equipo



### Anexos C

Evidencia de la práctica  
Actividad de baile



### Anexo D

Evidencia de la práctica  
Entrenamiento baloncesto



## Anexos F

Evidencia de la práctica  
Trabajo de coordinación baloncesto



## Anexo G

Evidencia de la práctica  
Trabajo técnico de postura



## Anexos H

Evidencia de la práctica  
Recreación dirigida



## Anexo I

Evidencia de la práctica  
Trabajo técnico baloncesto.

