

DERECHOS DE LA INFANCIA EN EL DEPORTE

ORIENTACIONES PARA LA FORMACIÓN Y EL
ENTRENAMIENTO DE JÓVENES DEPORTISTAS



ACERCA DE UNICEF

UNICEF trabaja en el terreno en más de 150 países y territorios para tratar de garantizar a los niños y las niñas el derecho a sobrevivir y a desarrollarse desde la primera infancia hasta la adolescencia. UNICEF, que es el mayor proveedor de vacunas para los países en desarrollo, trabaja para mejorar la salud y la nutrición de la infancia; el abastecimiento de agua y saneamiento de calidad; la educación básica de calidad para todos los niños y niñas y la protección de los niños y las niñas contra la violencia, la explotación y el VIH/SIDA.

UNICEF está financiado en su totalidad por las contribuciones voluntarias de individuos, empresas, fundaciones y gobiernos.

www.unicef.es

ACERCA DE ENRÉDATE

Enrédate es el programa educativo de UNICEF dirigido a centros de enseñanza y escuelas deportivas que promueve el conocimiento de los Derechos de la Infancia y el ejercicio de la ciudadanía global solidaria y responsable.

www.enredate.org

Las opiniones y hechos aquí mostrados no representan necesariamente el punto de vista de UNICEF.

Publicación impresa en papel 60% de fibras recicladas y 40% de fibras vírgenes.

DEPÓSITO LEGAL

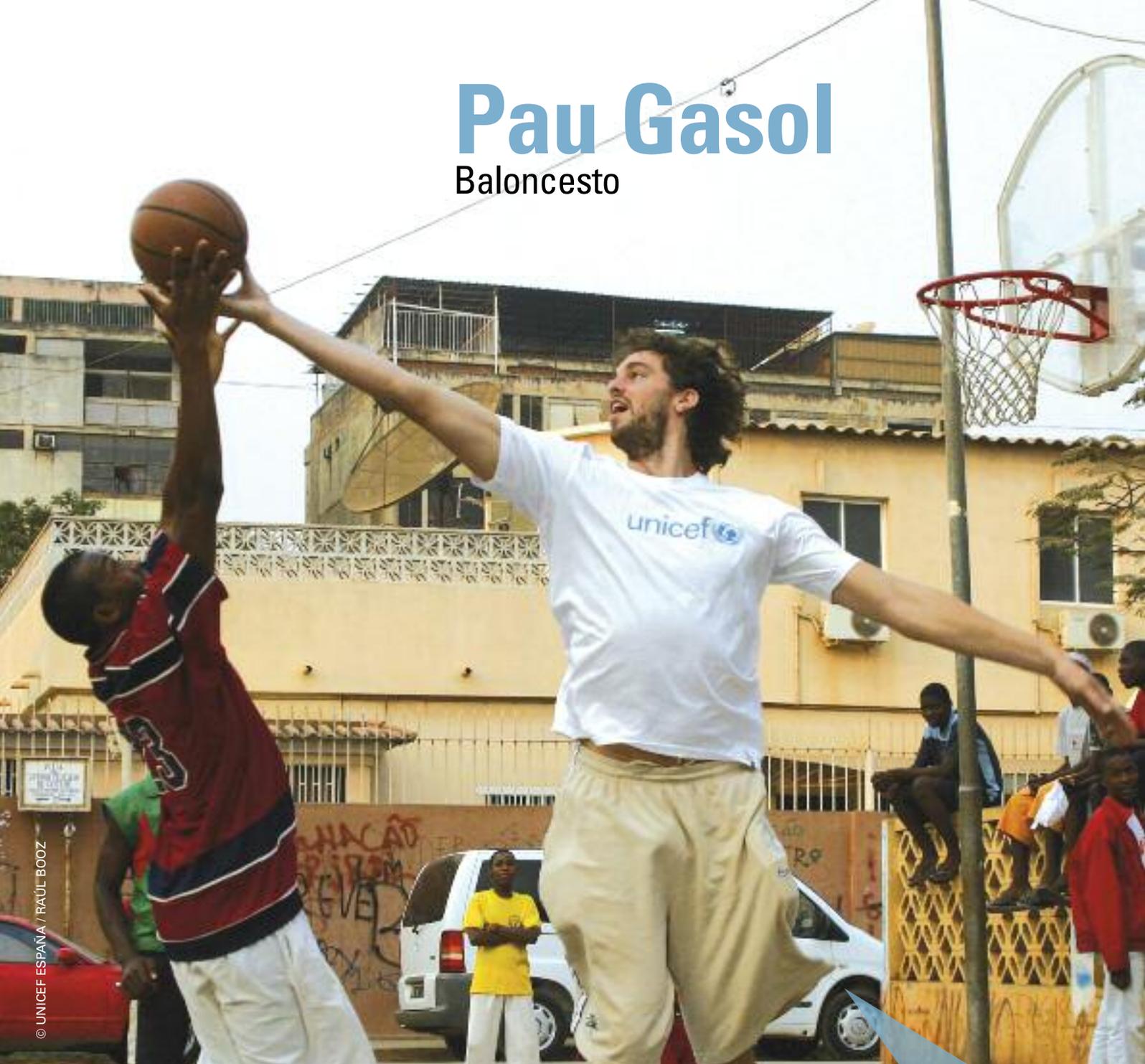
M-17671-2011

DERECHOS DE LA INFANCIA EN EL DEPORTE

ORIENTACIONES PARA LA FORMACIÓN Y EL
ENTRENAMIENTO DE JÓVENES DEPORTISTAS

Pau Gasol

Baloncesto



© UNICEF ESPAÑA / RAÚL BOOZ

“ Hay muchísimos niños que no pueden ir a la escuela porque tienen que andar kilómetros, durante mucho tiempo, para trabajar y llevar dinero a su casa. Ver todo esto te hace reflexionar, te abre los ojos y te hace querer que esos niños tengan una oportunidad de poder ir a la escuela ”

ÍNDICE

- 07 INTRODUCCIÓN
- 08 JUEGO, DEPORTE Y VALORES
- 12 EL DERECHO AL JUEGO. LA CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO
- 15 FIGURAS CLAVE EN EL DESARROLLO DE LOS DERECHOS DE LA INFANCIA EN EL DEPORTE
- 18 CINCO PAUTAS PARA ANALIZAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA
- 22 DEPORTE PARA EL DESARROLLO
- 26 UN MODELO PRÁCTICO DE CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA GLOBAL A TRAVÉS DEL DEPORTE
- 34 **LOS DERECHOS DE LA INFANCIA EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA**
 - 36 **Salud**
 - 42 **Familia**
 - 46 **Igualdad**
 - 50 **Identidad**
 - 56 **Educación**
 - 60 **Participación**
 - 66 **Protección**
 - 72 **Juego**
- 76 AUTOEVALUACIÓN
- 87 REFERENCIAS Y ANEXOS



Fernando Alonso

Fórmula 1



“ Es mucho lo que hay que hacer. Desde luego que los deportistas tenemos una gran presencia en los medios de comunicación internacional. Con que podamos concienciar a cada uno de los aficionados a nuestro deporte de la importancia que tiene para la humanidad el bienestar de los niños, habremos conseguido una gran victoria ”

INTRODUCCIÓN

Si tuviéramos que destacar algo de lo que aportará el deporte en este siglo además de los títulos conseguidos, las marcas batidas, los aficionados emocionados, las inversiones realizadas, la cobertura informativa efectuada, etc., sería, sin duda, su contribución al desarrollo de las personas y de las sociedades.

Por un lado porque lleva siendo así desde tiempos inmemoriales. El juego, como forma primigenia del deporte, aparece en cualquier lugar y en prácticamente cualquier situación por dramática que sea. Hay pocas cosas que caractericen mejor a la infancia que el juego y es insustituible su contribución al aprendizaje y al desarrollo en todas las etapas de la vida.

Por otro, comprobamos que las grandes estrellas del deporte poseen una gran capacidad de influencia social por la relevancia que les otorgan los medios de comunicación y no son pocos los que están utilizando este protagonismo para convencer a la sociedad de que es necesario dar algunos pasos contra las injusticias. A todos se nos vienen a la cabeza ejemplos notables que aúnan la excelencia deportiva y la puesta en marcha de unos valores solidarios admirables, que no solo sirven en la medida de su generosidad sino que además sirven como ejemplo estimulante para grandes y pequeños. Aquí reflejaremos el testimonio de algunos de estos hombres y mujeres junto a una serie de reflexiones y propuestas prácticas en torno al deporte y los derechos de la infancia.

Si las sociedades se entregan a cambios cada vez más complejos y vertiginosos, en los que se unen las enormes posibilidades de interconexión entre todos los puntos del planeta junto con el agravamiento de algunas de las injusticias más flagrantes, el deporte no puede ser una excepción y deberá integrar junto con el avance de sus disciplinas y métodos la decisiva contribución social que haga de este un mundo apropiado para la infancia, un mundo en el que los derechos de la infancia se vean cumplidos en cada niño y niña del planeta.



JUEGO, DEPORTE Y VALORES

¿Lo único
realmente
importante
es ganar?

El juego y el deporte tienen una característica especial como fuente de aprendizaje y es su carácter vivencial. Inmediatamente a su inicio se obtiene un resultado que va desde la calidad de su ejecución hasta la satisfacción o frustración por su desempeño. Además, lo primero que se pone en juego es ni más ni menos que uno mismo, lo que de entrada propicia un conflicto de intereses entre lo que se puede o se quiere ganar o perder en esa apuesta y lo que se está dispuesto a hacer.

Este es uno de los principales motivos que hacen de la práctica deportiva un lugar imposible para la neutralidad. Cada acción, cada comportamiento va cargado de valores, independientemente de que puedan ser más o menos explícitos, más o menos conscientes. Por lo tanto, junto al firme compromiso de explicitar aquellos valores que deseamos promover en la formación deportiva debemos fomentar, igualmente, la capacidad de crítica y análisis de los jóvenes deportistas, puesto que una sociedad dinámica

como la actual provoca cambios en las prioridades de las personas a una velocidad insospechada y más que aplicar esquemas, que pudieron tener sentido en un momento determinado, es la capacidad de adaptación a nuevos entornos la que les permitirá desarrollarse armónicamente.

Otro aspecto crucial es mantener en la conciencia que un niño deportista, ante todo, es un niño. O una niña. Muchos problemas relacionados con violencia o abusos vienen por olvidar esta premisa y aplicar métodos o exigencias propias de los adultos. Quizá esta idea se comprenda mejor si añadimos otros ejemplos: niño inmigrante, niño refugiado, niño soldado, niño trabajador, etc. Y es a partir de esta idea desde la cual desarrollaremos una serie de pautas, sugerencias y orientaciones que nos permitan profundizar en una serie de valores universales que se destilan del hecho de que niños y niñas son sujetos de derecho.

Se animará a los jóvenes deportistas a ser conscientes tanto de sus derechos como de sus responsabilidades, →

Pepu Hernández

Baloncesto



© DKV JOVENTUT BADALONA

“ Es importante inculcar a los niños valores fundamentales, y creo que el deporte sin duda es la mejor vía para hacerlo: respeto, generosidad, confianza, compañerismo... El deporte que practiquen es secundario, da igual la procedencia social, geográfica... lo importante es que en la sociedad actual seamos capaces de transmitir eso a los más pequeños ”

lo que fomentará su implicación activa en el proceso de cambio y desarrollo de hábitos de participación democrática.

Aprender sobre los derechos de la infancia de forma participativa posibilita que los niños y niñas se sientan incluidos, puesto que son los que les amparan más directamente. Esto conlleva un desarrollo de su autoestima que debe orientarse a mejorar el conocimiento de los otros y sus derechos, hacia el aprendizaje de habilidades de negociación y de resolución de conflictos de forma no violenta y a percibir al adversario como un colaborador necesario en su progreso.

Todo ello impulsa la cohesión de la comunidad deportiva entorno a unos valores compartidos y universales, donde cada agente identifica su papel y siente cubiertas sus necesidades.

Mientras jugamos no todo es perfecto, a veces surgen conflictos, pero para ganar es necesario resolverlos con deportividad, sin dañar al oponente y sin hacer trampas. Respetar unas reglas durante los encuentros y unas normas de disciplina durante los entrenamientos es fundamental para que las competiciones deportivas sean posibles, pero el respeto a las normas también es esencial para la convivencia en la escuela, en el trabajo, en la calle

o en los ratos de ocio. El deporte nos muestra que no perdemos libertad por ser respetuosos con los demás y que acatar las normas, cuando esas normas son justas y aceptadas por la mayoría, es una muestra de madurez que nos hace más fuertes, no más débiles.

Para facilitar la concreción, destacaremos una serie de valores y de actitudes deseables para desarrollar en la práctica deportiva, asignados a los ámbitos individual, social y global. En un enfoque multidimensional estos ámbitos, de evidente interconexión, a su vez se ven influidos y condicionados por los agentes socializadores: familia, escuela, instituciones, grupos de iguales y medios de comunicación, que tratan de transmitir sus propios códigos y prioridades y a su vez matizan o cuestionan los de los otros agentes.

Estos valores se pueden ver afectados por amenazas que pueden provenir tanto de la práctica deportiva como del exterior y antes las cuales hemos de estar vigilantes y surtidos de recursos para afrontarlas.

Deporte para el desarrollo: valores y actitudes	
ÁMBITO INDIVIDUAL/SALUD	AMENAZAS
Nutrición Higiene Aceptación del propio cuerpo Esfuerzo Superación Espíritu lúdico Autocontrol Responsabilidad	Enfermedades Conformismo Lesiones Trastornos alimenticios
ÁMBITO SOCIAL/CONVIVENCIA	AMENAZAS
Respeto Compañerismo Compromiso Cooperación Diversidad Participación Igualdad	Individualismo Racismo Sexismo Discriminación Violencia
ÁMBITO GLOBAL/CIUDADANÍA	AMENAZAS
Paz Solidaridad Justicia social Tolerancia Respeto al medio ambiente	Exclusión Pobreza Inequidad Cambio Climático

Mayte Martínez

Atletismo



“ Hombres y mujeres somos distintos, para mí no hay ninguna duda, pero tenemos los mismos derechos y deberíamos tener las mismas oportunidades ”

EL DERECHO AL JUEGO

Conocemos
el valor educativo
del juego, pero
¿tanto como un
derecho?

LA CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO

© UNICEF / ASSELIN



La comunidad internacional, a través de la Asamblea General de las Naciones Unidas, aprobó en 1989 el tratado de derechos humanos más ampliamente ratificado de la historia, la Convención sobre los Derechos del Niño. Un documento que al ser ratificado por cada Estado miembro le obliga a incorporarlo a su legislación.

Las principales novedades que aporta son:

- ◆ Los niños y las niñas se convierten en sujetos de derecho.
- ◆ El establecimiento del concepto “niño” desde los 0 a los 18 años.
- ◆ Siempre debe prevalecer el interés superior del niño en cualquier disputa sobre su futuro.
- ◆ No existe un derecho más importante que otro y es necesario el cumplimiento de todos ellos en todo el mundo.
- ◆ Los Estados son responsables de su cumplimiento tanto en su territorio como fuera de él a través de la cooperación internacional. →

Leo Messi

Fútbol

© UNICEF / MARKISZ



“ Empecé a jugar al fútbol porque me gustaba. Más allá de que sea mi profesión, sigo jugando al fútbol porque disfruto con la pelota ”



- ◆ Comprende todos los derechos relativos a la supervivencia infantil, la no discriminación, el pleno desarrollo físico, mental y social y la participación infantil.
- ◆ Los Estados son evaluados periódicamente para medir sus avances por el Comité de los Derechos del Niño.

Pero más allá de los aspectos legales, nos ofrece un horizonte en el que esos derechos se convierten en principios éticos perdurables y normas internacionales de conducta hacia los niños como colectivo más vulnerable, lo que supone un enorme avance para aquellas sociedades que consiguen desplegarlos. En este sentido, y a pesar de haber alcanzado importantes avances, aún falta mucho camino por recorrer.

Pues bien, es en este contexto donde se explicita que:

Artículo 31

1. Los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

2. Los Estados Partes respetarán y promoverán el derecho del niño a participar plenamente en la vida cultural activa, inculcarle el respeto de los derechos humanos elementales y desarrollar su respeto por los valores culturales y nacionales propios y de civilizaciones distintas a la suya.

La importancia del deporte está recogida también en la Constitución Española, en el conjunto de principios rectores de la política social y económica que dice:

Artículo 43.3

Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo facilitarán la adecuada utilización del ocio.

además de reconocer las competencias de las comunidades autónomas en la promoción del deporte y del ocio adecuado (artículo 148.1.19º).

Este marco legal nos pone en situación de reconocer el juego y el deporte como uno de los derechos fundamentales de la infancia así como de identificar en los poderes públicos a los garantes de esos derechos.

FIGURAS CLAVE

¿Quién puede ser protagonista en la defensa de los derechos de la infancia?

EN EL DESARROLLO DE LOS DERECHOS DE LA INFANCIA EN EL DEPORTE



Vicente del Bosque.

© UNICEF ESPAÑA / ILDEFONSO GONZÁLEZ

Hemos hablado, hasta ahora, de las responsabilidades de los Estados y sus gobiernos en velar por el cumplimiento de los derechos de la infancia. Existen otras figuras que por ser el último eslabón en su aplicación tienen una especial responsabilidad. La organización deportiva manifiesta su carácter sistémico a través de los distintos elementos que la componen a nivel individual, colectivo e institucional. Es tarea de todos ellos asumir este reto de forma coordinada.

Profesorado de Educación Física

Para muchos niños y niñas la clase de Educación Física es una fuente de diversión, estimulación y disfrute, lo que hace que en muchas ocasiones estos docentes tengan una gran influencia en sus vidas. Con enfoques pedagógicos adecuados se pueden prevenir múltiples formas de violencia contra los niños y niñas promoviendo la autoestima, la empatía y la confianza.

© UNICEF / NOORANI



Debido a la expectativa social que genera el deporte habrá muchas ocasiones de ofrecer actividades de alto valor educativo que ilustren la conexión entre lo deportivo y las relaciones humanas, tanto en lo positivo como en lo negativo.

Adquirir nuevos conocimientos y revisar la práctica educativa será clave a la hora de anticipar y detectar signos de violencia o de vulneración de derechos.

Entrenadores

El entrenador juega un relevante papel no solo como instructor, además, es un modelo de referencia con enorme ascendente sobre los jóvenes atletas. Conformer un entorno seguro, sin exclusiones y utilizando los procedimientos de detección y comunicación de vulneración de derechos, así como regirse y observar la vigilancia de los códigos de conducta de sus clubes serán

parte de sus responsabilidades. Para ello deberá estar en disposición de recibir la oportuna formación y asesoramiento en este sentido.

Servicios médicos y equipo técnico

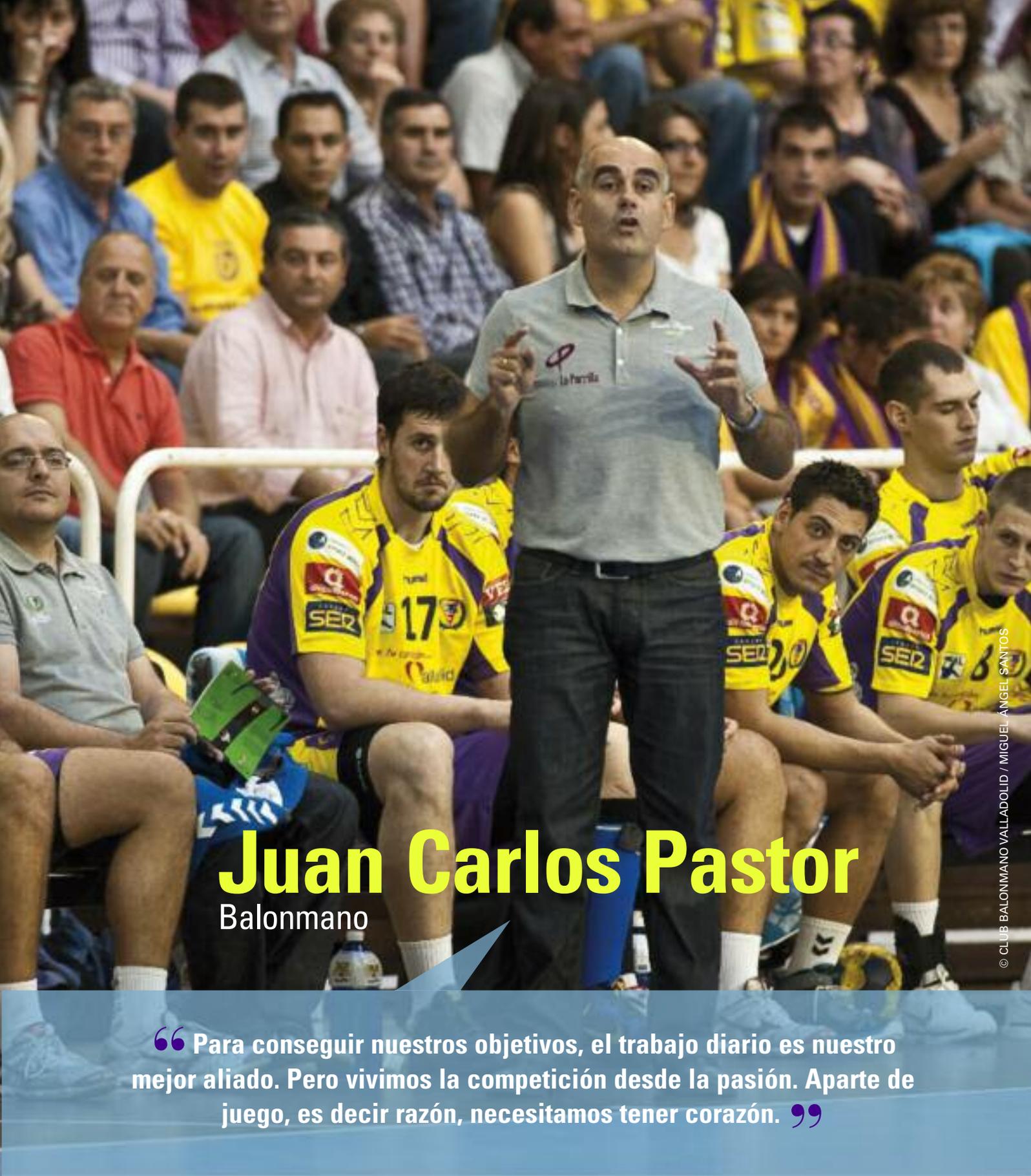
Cada vez son más los recursos que se emplean en edades tempranas para mejorar la práctica deportiva. Estos profesionales que con sus conocimientos pueden aportar ese plus de tecnificación también juegan un papel decisivo en la protección y el bienestar del joven deportista y por lo tanto su desempeño ha de estar a la altura esperada al trabajar con la población más vulnerable.

Directivos, representantes y árbitros

Estos roles tienen una enorme capacidad a la hora de des-nivelar la balanza a favor del bienestar infantil, del deportista en general y de condicionar su vida deportiva al ser claves en la relación con otros ámbitos (educación, familia, competidores, etc.). Son los responsables de marcar y aplicar las normas con justicia y de acuerdo a la legislación y normativa vigente. Su liderazgo a la hora de establecer una cultura del deporte responsable es determinante.

Clubes, federaciones e instituciones deportivas

La falta de reconocimiento de situaciones problemáticas y la ausencia de liderazgo son dos factores íntimamente relacionados que no favorecen el bienestar infantil en el ámbito del deporte. Todos los organismos locales, nacionales e internacionales tendrán que ser conscientes de esta situación, de la creciente complejidad del entorno que rodea al deporte y deberán estar preparados y coordinados para aplicar, revisar o crear normativas, procedimientos y políticas que hagan del deporte un espacio seguro y de desarrollo.



Juan Carlos Pastor

Balonmano

“ Para conseguir nuestros objetivos, el trabajo diario es nuestro mejor aliado. Pero vivimos la competición desde la pasión. Aparte de juego, es decir razón, necesitamos tener corazón. ”

CINCO PAUTAS PARA ANALIZAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA

¿En qué
debo fijarme
para revisar mi
forma de entender
el deporte?

Como hemos indicado anteriormente, ser capaz de analizar la propia práctica e introducir mejoras que contemplen estos nuevos escenarios es mucho más efectivo que la transmisión de pautas o modelos estáticos rápidamente caducos. Sirvan estos cinco prismas como referentes para ayudar en este objetivo.

INTERDEPENDENCIA

Podemos pensar que las decisiones que tomamos en el pequeño universo que supone nuestro vestuario no tendrán mayor repercusión. Sin embargo, en un mundo globalizado es indispensable entender la noción de interdependencia. La comprensión de esta interdependencia permite a los deportistas percibir el mundo en que vivimos como un gran sistema del cual su entorno deportivo es una parte. Esto conlleva el hecho de entender la red de relaciones de este sistema, apreciar el equilibrio inestable que existe entre sus componentes y tomar conciencia de que los cambios en una parte del sistema tendrán repercusiones sobre el sistema entero. Esto será clave para incidir sobre los elementos deseables y minimizar el efecto sobre los que no lo sean.

IMÁGENES Y PERCEPCIONES

Los niños y niñas deportistas también reciben mensajes estereotipados o cargados de prejuicios de sus compañeros, familias, entrenadores, medios de comunicación, etc. Afianzar el concepto de que ciertas personas o colectivos (grupos raciales o étnicos, personas mayores o con discapacidad) tienen menos valor social por tener un menor rendimiento deportivo propicia conductas de exclusión o violencia que deben ser trabajadas adecuadamente. Nuevas capacidades de análisis aportarán también nuevas soluciones.

© UNICEF / PIROZZI



© UNICEF / NOORANI



JUSTICIA SOCIAL

La justicia social se refiere a las nociones fundamentales de igualdad de oportunidades y de derechos humanos, más allá del concepto tradicional de justicia legal. Está basada en la equidad y es imprescindible para que los individuos puedan desarrollar su máximo potencial y para que se pueda instaurar una paz duradera. La comprensión de la dimensión ética de estos conceptos capacitará a los jóvenes deportistas para actuar por un mundo más justo, en su país y fuera de él.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

La resolución de los conflictos es la exploración de los medios por los cuales conflictos y controversias pueden solucionarse. Para muchos jóvenes, conflicto es sinónimo de violencia. Pero la violencia, en realidad, sólo es una de las numerosas respuestas posibles a un conflicto. Las resoluciones no violentas de conflictos se pueden aprender y aplicar de manera constructiva a desacuerdos personales, de equipo, de club o de mayor escala.



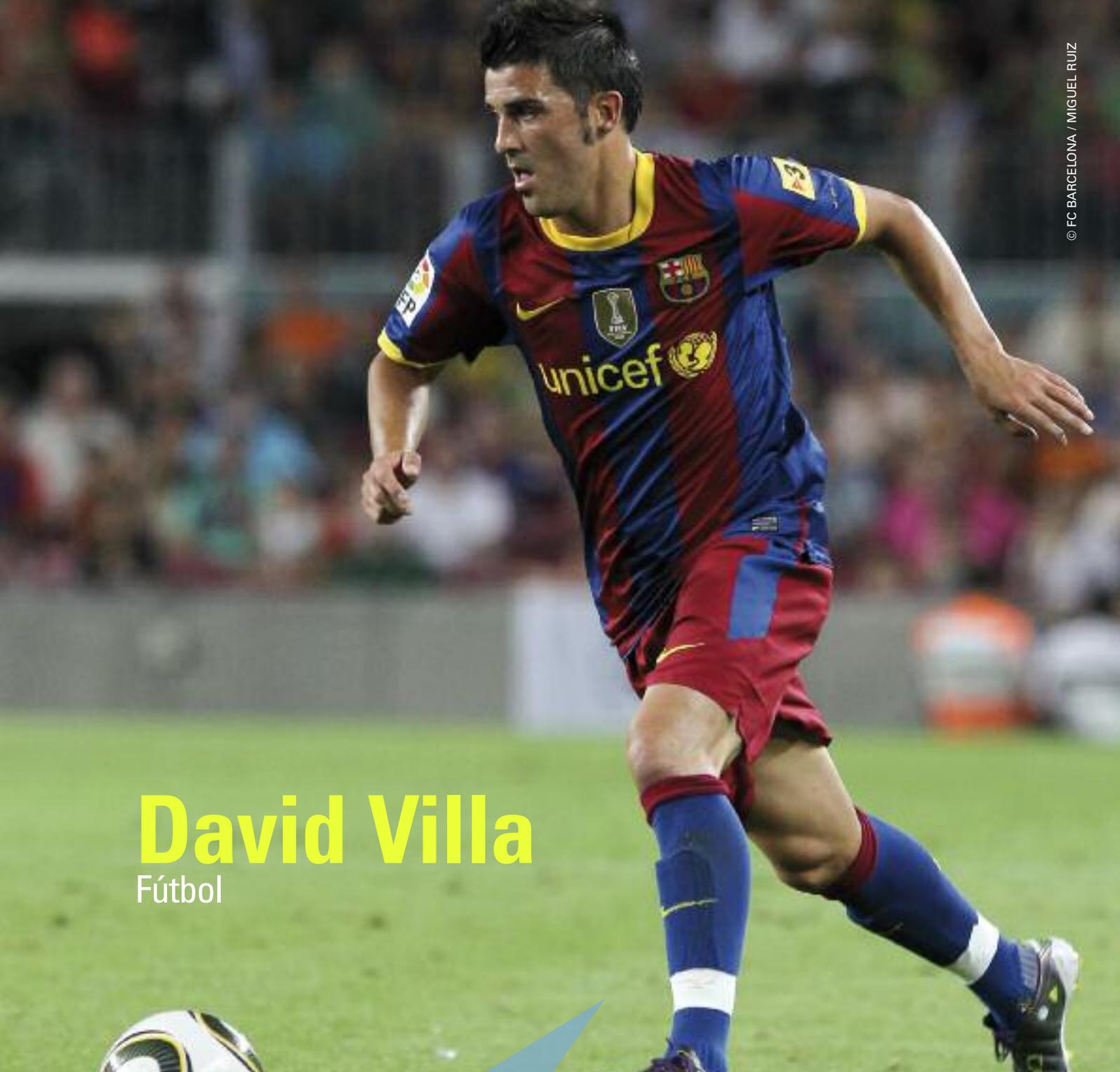
© UNICEF / MAWA

© UNICEF / LEMOYNE



CAMBIO Y FUTURO

Lo que ocurrió en el pasado determina el modo en que vivimos hoy, así como lo que hagamos ahora influirá en el futuro. Las personas, también desde el deporte, pueden cambiar la realidad que les rodea, lo que lleva a futuros diferentes según sus decisiones. Ser consciente de que el futuro no está predeterminado y de la relevancia de las propias acciones tiene una gran importancia educativa. Los jóvenes deportistas pueden aprender a descubrir los medios de provocar el cambio y a utilizarlos conscientemente para crear un futuro mejor.



David Villa

Fútbol

“ He compartido vestuario con jugadores de muchos países. Nunca me importó su color de piel ni su origen, solo si podía aprender de ellos algo que me ayudara a progresar ”

DEPORTE PARA EL DESARROLLO

¿Puede el deporte realmente ser clave en el desarrollo de las personas?

© UNICEF / HYUN





Por Deporte para el Desarrollo nos referimos a la utilización del deporte, entendido en sentido amplio de actividad física más o menos organizada, como vehículo para alcanzar objetivos de desarrollo humano, incluyendo en particular los Objetivos de Desarrollo del Milenio. Para UNICEF, el Deporte para el Desarrollo se centra en mejorar las vidas de los niños y niñas más marginados y excluidos.

Del mismo modo que el deporte permite a las personas aprender y superarse, también ayuda a los pueblos a desarrollarse y superar las dificultades. No hay que olvidar que los países están formados por personas y que progresarán en la medida en que las personas progresen. Estas actividades no siempre necesitan de enormes inversiones porque muchas de ellas son de bajo coste y pueden utilizar recursos locales disponi-

bles, aunque es necesario no regatear esfuerzos en aquellos aspectos referidos especialmente a la seguridad de las mismas.

El deporte une a las personas, a las organizaciones de la sociedad civil y a los gobiernos más allá de las fronteras, como ocurre en los campeonatos internacionales, y sin importar las barreras o los prejuicios, como nos demuestran los Juegos Paralímpicos. El deporte nos iguala al resto de los seres humanos y nos enseña a respetar a nuestros adversarios por su habilidad y su esfuerzo y no por su color, su religión o por lo próspero que sea su país de origen. Al participar en juegos y competiciones aprendemos a darnos cuenta de lo que tenemos en común con los demás y esto es muy importante para la convivencia pacífica entre países y culturas diferentes.

DEPORTE PARA EL DESARROLLO

Millones de personas en el mundo han aprendido ya cuestiones muy importantes gracias al deporte. En África, Asia o América los campeonatos de fútbol han servido para favorecer la vacunación de los niños y niñas, evitando así muchas muertes innecesarias. El deporte congrega a muchos espectadores, lo que facilita que lleguen mensajes de salud o de prevención de enfermedades a personas que viven en lugares apartados. De este modo, muchos jóvenes están aprendiendo a protegerse de enfermedades como el SIDA, que es un peligro para la supervivencia de países enteros.

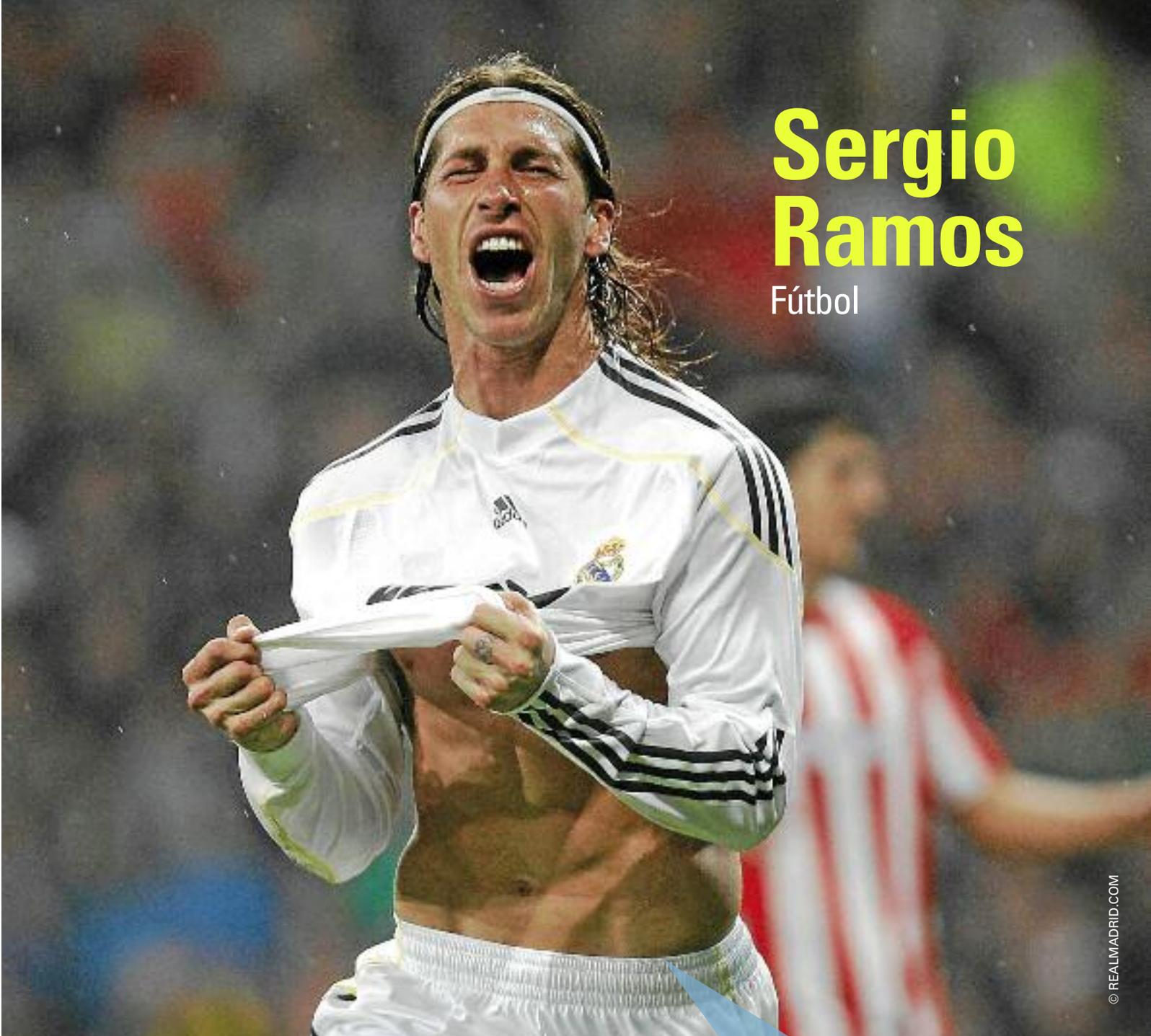
En situaciones de crisis, dada la ausencia de una estructura escolar formal, el deporte y el juego constituyen meca-

nismos de educación no solo durante los conflictos y las emergencias, sino también después de ellos. Son de gran ayuda para que la gente se recupere emocionalmente y pueda reconstruir su vida. Esas actividades tienen la capacidad de rehabilitar a los niños y niñas que han resultado traumatizados, de reintegrar a la sociedad a los niños ex combatientes y de recuperar el espíritu de comunidad.

Otro aspecto fundamental es el de las numerosas figuras del deporte que han aceptado la responsabilidad de utilizar su poderosa imagen pública para apoyar a la infancia en su lucha por la supervivencia, desarrollo y bienestar y así extender la conciencia de ciudadanía global.

© UNICEF / LOOK



A photograph of Sergio Ramos, a professional footballer, celebrating on a football field. He is wearing a white Real Madrid training jacket with black stripes on the sleeves and is pulling it off his shoulders, revealing his muscular torso. He has a white headband and his mouth is wide open in a shout. The background is a blurred stadium with other players in red and white striped jerseys.

Sergio Ramos

Fútbol

“ Nunca olvidaré el campo de tierra donde aprendí a jugar al fútbol. Soy consciente de lo que el deporte me ha dado y tengo claro que debo devolver parte de esas oportunidades que yo he tenido. Entre todos podemos conseguir educación, salud y protección para la infancia. Ese partido merece un gran esfuerzo ”

UN MODELO PRÁCTICO DE CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA GLOBAL A TRAVÉS DEL DEPORTE

¿Qué pautas
puedo seguir
para crear un grupo
cohesionado y
comprometido?



© UNICEF / PIROZZI

A ser ciudadano también se aprende. Al participar en competiciones y actividades deportivas, los niños y jóvenes están ejerciendo el derecho al juego y al esparcimiento pero a la vez también cumplir unas responsabilidades. Se ha de ser consciente de la importancia de respetar las normas establecidas y resolver los conflictos que surjan de manera no violenta.

El ámbito deportivo es un espacio de la sociedad donde se establecen numerosas interrelaciones entre sus participantes.

A continuación proponemos un modelo práctico que se desarrolla en cinco niveles para la construcción a través del deporte de una Ciudadanía Global. Se trabajará el desarrollo de empatía para conocer otros puntos de vista y la posibilidad de transferir estos aprendizajes hacia otras dimensiones de la vida.

NIVEL 1. LA ACOGIDA

El principal objetivo de este nivel es crear un ambiente positivo, rico en estímulos y respuestas, donde los jóvenes se motiven intrínsecamente. Se debe facilitar un clima adecuado en el que tanto el entrenador como los jugadores se sientan cómodos e integrados, aseguren su presencia en un grupo, compartan el valor de colectivismo y se establezcan relaciones afectivas y de intercambio.

Hay que tener en cuenta que el modelo que se plantea debe estructurarse desde este nivel y que su cimiento es la confianza dentro del grupo. Si el entrenador no es capaz de proporcionar un terreno apto para las experiencias positivas de los participantes, difícilmente podrá avanzar en la consecución de los objetivos propuestos.

Las estrategias para afianzar este nivel comienzan antes de recibir a los deportistas. En la medida de lo posible, se debe conseguir información sobre ellos y su contexto, contactando con antiguos entrenadores, o con profesores, en el caso que sea un club escolar. Conocer los antecedentes de los jóvenes puede darnos muchas pistas de sus comportamientos y actitudes, permitiendo anticiparse a los problemas.

Es oportuno, en el trabajo diario, establecer rutinas de organización de las sesiones que faciliten la toma de responsabilidad del grupo, especialmente en la utilización y almacenamiento del material y el formato de la sesión. Explicar el contenido del entrenamiento, sus objetivos, y finalizar con una reflexión final acerca del desarrollo de la misma puede ayudar a interiorizar lo que se pretende transmitir.



© UNICEF / NOORANI

© UNICEF / DORMINO



NIVEL 2. RESPETO Y PARTICIPACIÓN

En este nivel se busca obtener autoridad, unida al afecto incondicional y a la máxima atención, sin dar cabida al autoritarismo ni tampoco a la permisividad. La autoridad como profesor, monitor, amigo o responsable del grupo no puede ser coercitiva, sino más bien referencial, potenciando la confianza en el joven. Para ello se deben establecer una serie de reglas que rijan los entrenamientos y partidos. Hay ciertas normas innegociables, como el rechazo a la violencia física y verbal o el respeto a los compañeros. El entrenador deberá establecer claramente éstas, haciéndoles ver que son irrenunciables. A partir de ellas, se comenzará un proceso de negociación democrática para establecer el resto. Es importante que estas limitaciones surjan de un previo acuerdo entre todo el grupo.

De esta manera se sentirán en la libertad de elegir y ser partícipes de las decisiones del equipo. Es posible que puntualmente alguno de los miembros del grupo no se implique en la actividad propuesta, pero dicho pacto de limitaciones libremente aceptadas puede ser un estímulo para facilitar el desarrollo normal de la sesión.

Este nivel es una base sobre la que construir posteriores valores y garantiza el funcionamiento de la actividad. Para ello es necesario aceptar a todos, respetar al educador, mantener cierto nivel de atención y establecer un adecuado nivel de confianza cimentada en la empatía por los demás. Todo ello es transferible a la vida real y se debe aprovechar la oportunidad para recalcar la importancia del respeto a las normas y a las demás personas, para el ejercicio de una ciudadanía responsable, global y democrática. El entrenador o formador, tiene que ser coherente con las normas y con su comportamiento. También está sujeto a ellas y deberá ofrecer un buen ejemplo. De lo contrario, no tendrá ningún argumento moralmente válido para que ellos las cumplan.



Virginia Ruano

Tenis

“ He competido en países de culturas completamente distintas. Distintos idiomas, distintas comidas...todo es más fácil cuando la pelota cruza la red. En ese momento somos todas iguales, tenemos un lenguaje común que nos conecta ”



NIVEL 3. ESTABLECIMIENTO DE METAS: COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD

Las bases de este nivel son la perseverancia y el esfuerzo. Para ello, se propone establecer una serie de metas a cada deportista de manera individual y negociada entre el entrenador y los jóvenes sobre aspectos propios del deporte que practiquen. La elección de una meta puede generar experiencias positivas de éxito si se consigue su realización. Por el contrario, la no consecución es una

oportunidad para renovar el compromiso tratando de buscar una mayor implicación y esfuerzo.

Estos pequeños retos deben servir al joven para iniciar una nueva búsqueda de éxito. Un éxito que, en este caso, ya no es superar a un adversario sino superarse uno mismo, minimizando el aspecto competitivo y potenciando el trabajo personal y la capacidad de esfuerzo. El trabajo de motivación del formador es constante durante el proceso, resaltando en todo momento los progresos y reforzando su ánimo.

Ampliar el período de análisis o buscar puntos de consecución intermedios son estrategias que utilizaremos para metas mayores o para afrontar situaciones de poco éxito.



© MARCELO ULLUA

Juan Mata

Fútbol

“Creo que las mayores virtudes, aparte de las condiciones de cada uno, son la constancia y la humildad. Hay que saber que siempre se puede mejorar y que todo lo que hayas hecho no sirve de nada. Hay que empezar cada día de cero, aprender y dar el máximo”

NIVEL 4. COOPERACIÓN

En las estructuras deportivas actuales impera el carácter competitivo. Los jóvenes se esfuerzan por lograr objetivos que no todos pueden alcanzar, lo que conlleva interacciones negativas. Desgraciadamente en demasiadas ocasiones desemboca en: "Tu éxito me perjudica; tu fracaso me beneficia". En definitiva una estructura deportiva de desvínculo: "Tu compañero es un competidor, un rival, un obstáculo que saltar". Sin embargo, en las estructuras de carácter cooperativo, cada joven alcanza sus objetivos al mismo tiempo que el resto de sus compañeros, por lo que se promueve una interdependencia positiva entre los logros de todos los participantes. Aquí la frase que se desprende es la siguiente: "Tu éxito es mi éxito y mi fracaso, tu fracaso también, por tanto nuestro trabajo, esfuerzo, problemas y soluciones son conjuntos". El adversario coopera, por oposición, para que mejoren nuestras capacidades.

Lo anterior no pasaría de ser simple retórica si no fuera porque a través del fomento de las actividades físicas cooperativas dentro del ámbito deportivo, y por ende educativo, es posible modificar la concepción competitiva imperante en los juegos infantiles y en los deportes actuales. El panorama está repleto de factores como la eliminación, la desintegración, la agresión y el egocentrismo, entre otros, que podrían verse desplazados por la colaboración, la inclusión, la creatividad y la toma de decisiones conjuntas.

En definitiva, se trata de educar, de abrir el abanico de opciones de nuestros niños, de permitirles suplir el deseo de supremacía en el deporte (potencialmente transferible a la vida real) por el deseo de igualdad; de buscar el éxito compartido, más que el individual; de erradicar la idea de jugar "contra" un adversario, y reemplazarla por el pensamiento de jugar "con" un adversario, independientemente del nivel de la competición. Todas estas conductas nos acercarían más al inicio de una construcción palpable y tangible de una ciudadanía global y tolerante.



© UNICEF / ZUNGU

NIVEL 5. CIUDADANÍA GLOBAL

Hasta el momento, los niveles desarrollados han ido encaminados a generar una serie de actitudes y valores positivos a través del deporte que incidan en el día a día del joven. Ahora ha llegado el momento de generar una conciencia global y conocer el papel que el deporte puede jugar como motor de desarrollo y cambio social. El deporte es una de las herramientas de comunicación más poderosas del mundo, gracias a la atracción universal que despierta y a su increíble capacidad de convocatoria. Tratemos de utilizarla y hagamos reflexionar a los niños sobre todo mediante los ejemplos positivos. No obstante, no debe-

mos olvidar que en el deporte también suceden acontecimientos desafortunados. La reflexión y el rechazo ante estos hechos también son importantes y deben servir para interiorizar su apoyo al juego limpio en el deporte. Pidamos que se informen sobre las condiciones en que tuvieron que vivir algunos reconocidos deportistas procedentes de países desfavorecidos, especialmente en el caso de las mujeres, y que se pongan en la piel de niños de su edad que viven en estos países y no llegan a triunfar en el deporte. Todo ello debe sensibilizarles y darles a conocer otras realidades que imperan en el mundo y evidenciar que una de sus responsabilidades es ejercer la posibilidad de practicar deporte para aportar su esfuerzo en este proceso de cambio.



Familia
Juego
Participación
Igualdad
Salud e identidad

LOS DERECHOS DE LA INFANCIA EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

A continuación ofrecemos una versión resumida de la Convención de Naciones Unidas sobre los derechos de Niño desde un punto de vista eminentemente práctico. Encontraremos los derechos agrupados en ocho epígrafes. De cada uno de ellos mostramos una breve explicación, una situación cotidiana en la que ese derecho puede verse amenazado o promovido junto con algunas pautas de actuación, y una propuesta de actividad que podemos desarrollar en una sesión de trabajo con jóvenes deportistas.

ón

ducación

ad Protección

Salud

Tenemos derecho a cuidados médicos, a desarrollar hábitos saludables, a no consumir drogas, y a vivir en un lugar sin contaminación y agradable.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 6, 24, 25, 26 y 33.

nutrición detección de violencia **lesiones** seguridad
malnutrición **sobrepeso** **higiene** **doping**
detección temprana de problemas **anorexia**

Los beneficios de la actividad física sobre la salud y sobre el desarrollo están fuera de toda cuestión. Ahora bien, es necesario prestar especial atención a algunos aspectos que pueden ser absolutamente contraproducentes tanto en lo inmediato como en el futuro. La imposición de pautas nutricionales extremas para alcanzar una determinada morfología del cuerpo es una forma de abuso físico y puede derivar en trastornos de la alimentación. Entre las niñas y las mujeres, la privación del consumo de energía también puede conducir a trastornos de la alimentación, ausencia de la menstruación y densidad ósea insuficiente (triada de la mujer atleta). Por lo tanto, el período formativo es clave para reforzar los buenos hábitos de nutrición e higiene.

La realización de entrenamientos extremos, en condiciones de deficiente seguridad o con barreras arquitectónicas aumenta la probabilidad de lesiones de todo tipo, que en algunos casos no solo apartan al niño de la práctica deportiva sino que además pueden privarle de la asistencia a la escuela por un período prolongado, sumando a la frustración de la lesión el aislamiento correspondiente.

En este apartado consideramos también la salud mental del joven deportista que en un grado de maduración inferior, o en las etapas de transición hacia la élite competitiva, es más vulnerable a las distintas presiones a las que puede verse sometido sobre su rendimiento o expectativas y que pueden derivar en situaciones de estrés y ansiedad o en búsqueda de soluciones ilegales o dañinas para mejorar su desempeño.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Utilizar una dieta variada, equilibrada y una buena hidratación.
- Desarrollar hábitos higiénicos saludables respetando la intimidad de los demás.
- Rechazar el consumo de sustancias dañinas para la salud aunque pudieran suponer un beneficio en el plano deportivo a corto plazo.
- Realizar los controles médicos adecuados para la práctica deportiva.

VIDA Y DEPORTE

Mayra Alejandra, de 9 años, aprende a nadar durante un campamento de fin de semana para niños con discapacidad en las afueras de Bogotá. Mayra perdió una pierna y sufrió heridas graves en la otra cuando una bomba explotó cerca de su casa. Después de nueve meses de rehabilitación, Mayra está aprendiendo a andar con una prótesis y sin muletas.



Situación para aprender

Adolescentes de tu equipo se están obsesionando con su imagen corporal y mantienen hábitos de alimentación y ejercicio inadecuados.

¿Qué hacer?

ANTES

- Trabaja con tus deportistas las recomendaciones básicas sobre salud y preparación adecuada para la práctica deportiva.
- No fomentes estereotipos.
- No suministres ningún tipo de recomendación sobre prácticas no saludables.

DURANTE

- Busca un referente deportivo que les sirva de modelo.
- Informa a las familias y busca su colaboración.

DESPUÉS

- Refuerza las conductas saludables sobre nutrición.
- Informa de manera constructiva sobre las consecuencias a medio y largo plazo de estas conductas y ofrece alternativas y apoyo.

ACTIVIDAD

COMAMOS JUNTOS

La observación directa de las pautas alimenticias de nuestros deportistas nos dará pistas sobre cómo orientar nuestro trabajo en lo relativo a la nutrición.

Objetivos

- Observar cómo se produce la elección entre distintos tipos de alimentos.
- Facilitar información de interés sobre hábitos saludables en nutrición.

Recursos

- Ficha: 12 decisiones saludables.
- Ficha: Pirámide de la alimentación.

Desarrollo

1. Tras un entrenamiento o competición sorprende a tu equipo con la oportunidad de compartir un tentempié. Ofréceles distintos tipos de alimentos: frutas, aperitivos y bollería.
2. Sin dar ninguna pauta límitate a observar su comportamiento.
3. Marca una hora de finalización y llegado ese momento haz una primera reflexión de lo ocurrido (p.e. sobre los alimentos menos populares del evento).
4. Aprovecha la ocasión para informarles sobre hábitos de nutrición adecuados (ver ficha: 12 decisiones saludables) y explícales lo que significa la pirámide de la alimentación saludable. Puedes contrastar esta información con su comportamiento durante el evento.
5. Comparte esta información con sus familias y completa tu conocimiento sobre sus conductas alimenticias y recomienda siempre la consulta con profesionales de la salud a la hora de tomar medidas sobre la dieta.

FICHA: 12 DECISIONES SALUDABLES

12 decisiones saludables

1. **Come sano, es fácil.** Planificar una dieta saludable es fácil ya que conocer los valores nutritivos de los alimentos y la base de la nutrición está al alcance de todos.
2. **Despierta y desayuna.** No te saltes nunca el desayuno. Es recomendable consumir: lácteos, pan o cereales y fruta.
3. **Vive activo, muévete para estar sano.** Practica algún tipo de actividad física, por lo menos 30 minutos al día.
4. **Haz deporte, diviértete.** Elige el que mejor se adapte a tus circunstancias y tus gustos.
5. **Quítate la sed con agua.** Bebe mucha agua.
6. **Come "de cuchara",** los hidratos de carbono son la base. Lentejas, garbanzos, guisantes o judías son muy saludables.
7. **Toma frutas y verduras:** cinco al día. Tres piezas de fruta y dos raciones de verdura.
8. **Elige alimentos con fibra.** Consume con mucha frecuencia cereales integrales, legumbres, verduras, hortalizas y frutos secos.
9. **Consume más pescado.** Debes tomarlo de 3 a 4 veces a la semana.
10. **Reduce las grasas.** Especialmente las de origen animal y los aceites de coco, palma o palmiste.
11. **Deja la sal en el salero.** Introduce el uso de hierbas aromáticas, apio, vinagre o especias para añadir más sabor a las comidas.
12. **Mantén el peso adecuado.** Si tienes sobrepeso ponte en manos de un profesional de la salud. Las dietas mágicas son peligrosas.

FUENTE: AGENCIA ESPAÑOLA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN (AESAN)

ALIMENTACIÓN

ACTIVIDAD FÍSICA

Ocasionalmente

Hay productos que solo deberían tomarse de forma ocasional, como bollos, dulces, refrescos, "chucherías" o patatas fritas y similares.

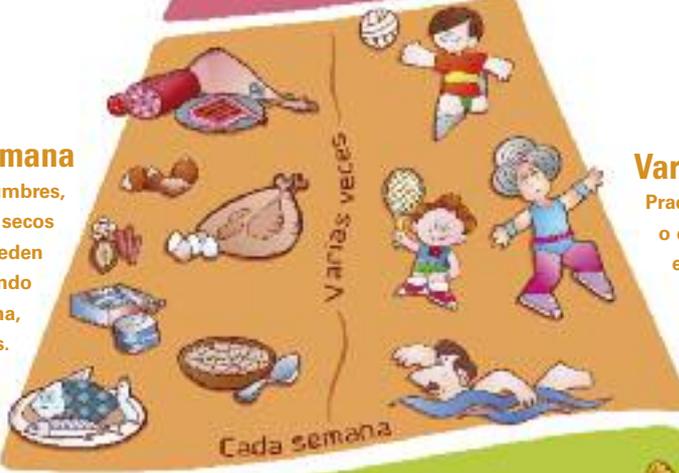


Ocasionalmente

Dedicar poco tiempo a actividades sedentarias como ver la televisión, jugar con videojuegos o utilizar el ordenador.

Varias veces a la semana

Pescados blancos y azules, legumbres, huevos, carnes, embutidos, frutos secos son alimentos importantes y pueden combinarse con otros, debiendo consumirse varias veces a la semana, aunque no todos los días.



Varias veces a la semana

Practicar varias veces a la semana algún deporte o ejercicio físico, como la gimnasia, la natación, el tenis, el atletismo o los deportes de equipo.

A diario

Alimentos como las frutas, verduras y hortalizas, cereales, productos lácteos, pan y aceite de oliva deben ser la base de la dieta, y consumirse a diario. También el arroz y la pasta pueden alternarse.



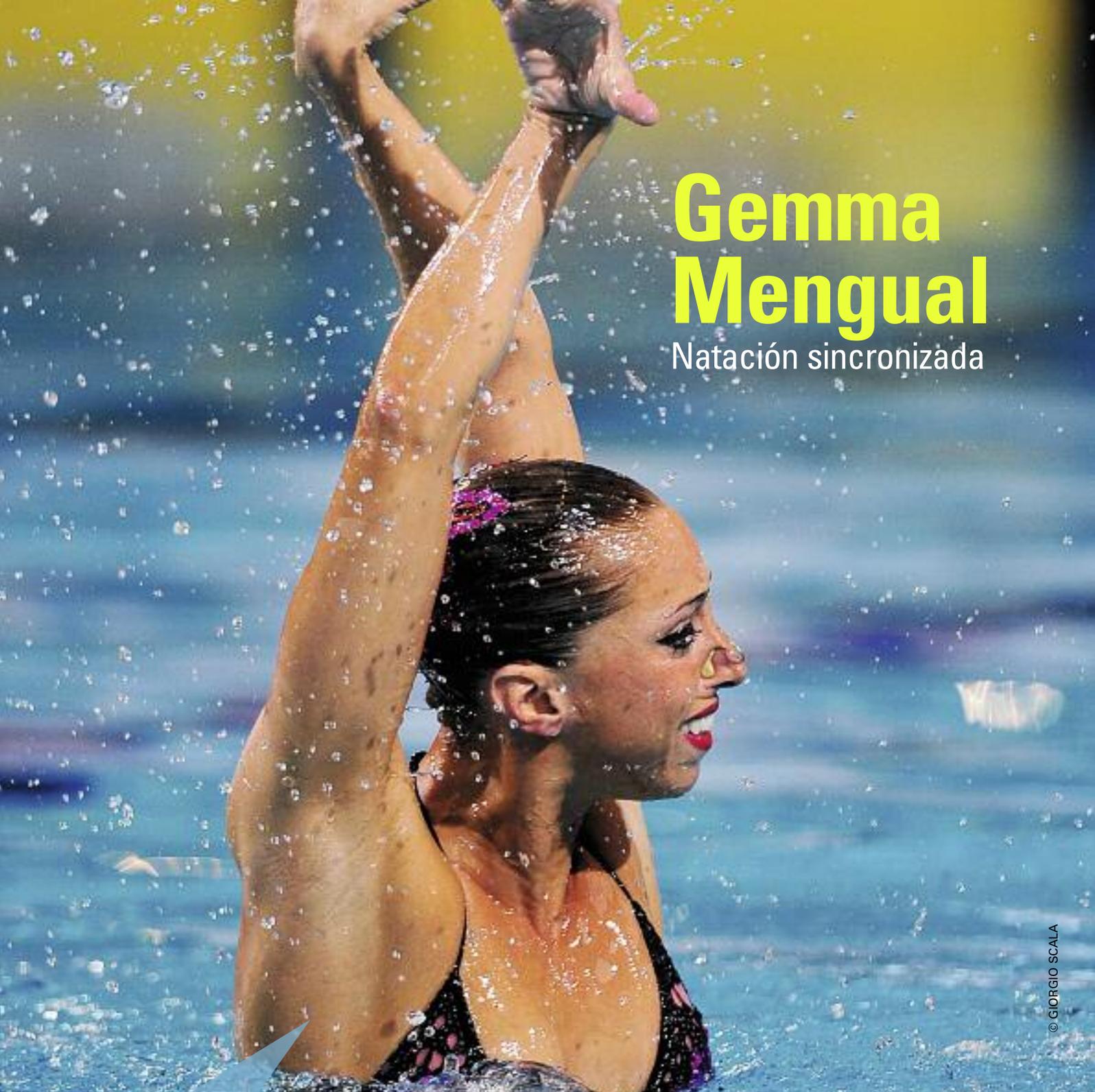
A diario

Realizar todos los días durante al menos 30 minutos alguna actividad física moderada como caminar, ir al trabajo o al colegio andando, sacar a pasear al perro o subir las escaleras a pie en vez de utilizar las escaleras mecánicas.

Agua. El agua es fundamental en la nutrición, y deben beberse al menos entre uno y dos litros diarios de agua.

Bebe + agua

Estilo de vida Saludable



Gemma Mengual

Natación sincronizada

© GIORGIO SCALA

“ Las claves para llevar una vida saludable son dormir ocho horas diarias, no fumar, no beber alcohol, hacer ejercicio y seguir una dieta mediterránea ”

Familia

Tenemos derecho a tener una familia que nos quiera, que nos oriente, a no ser separados de ella si no es necesario para nuestro bienestar y a que el Estado la apoye para conseguirlo.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 4, 5, 9, 10, 16, 18, 20 y 21.

orientación detección de violencia
comunicación **colaboración** **presión familiar**
interés superior del niño
participación modelos de familia **referentes**

La familia en la vida de un deportista, al igual que en cualquier otra faceta de la vida, juega un papel crucial. Es el elemento de transición desde los ámbitos más privados de la socialización hacia los más públicos y es en esa fase de transferencia de competencias a otros sistemas (escuela, grupos de iguales, instituciones, medios de comunicación) donde se pueden generar conflictos de intereses. Si bien la familia se muestra como una de las influencias más positivas, en el juego y en el deporte hay casos, sin embargo, en los que ejerce una excesiva presión para lograr que sus hijos sobresalgan, que en ocasiones se concreta en comportamientos abusivos y violentos hacia ellos, proyectando negativamente de este modo algún tipo de esperanza de éxito social o de frustración personal, incluso con independencia de su estatus social de origen. En este caso, la Convención sobre los Derechos del Niño manifiesta claramente que se debe velar por la defensa del interés superior del menor, es decir, priorizar aquellas decisiones que redunden en su bienestar y desarrollo sobre todas las demás.

Junto con ese factor clave de orientación y apoyo está el de manifestarse y proteger ante situaciones indeseadas que puedan darse en el ejercicio de la práctica deportiva como abusos, sobreentrenamiento, marginación, acoso o explotación, acudiendo a las autoridades competentes para su resolución.

Una buena comunicación entre familia y formadores deportivos ayudará en el reparto de responsabilidades, en la clarificación de expectativas y en un desarrollo más armónico del niño.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Promover el respeto en las relaciones personales.
- Establecer cauces de comunicación.
- Incorporar conductas saludables en todos los ámbitos.
- Expresar con corrección el propio punto de vista.

VIDA Y DEPORTE

Unos chicos juegan al fútbol en el campo de refugiados de Kounoungo, en Chad. Desde que comenzó el conflicto de Darfur, en Sudán, miles de personas han cruzado la frontera para salvar sus vidas. Han tenido que abandonar sus hogares, en muchos casos también a sus familiares, en los lugares de origen. UNICEF trabaja desde hace años en la recuperación psicosocial de los niños y niñas víctimas de las guerras y catástrofes naturales a través del deporte.



Situación para aprender

Durante una competición un grupo de familiares no deja de increpar al árbitro y quejarse de su proceder. También incitan a los jugadores a tener conductas antideportivas.

¿Qué hacer?

ANTES

- Trabaja las expectativas familiares.
- Crea un ambiente de confianza y diálogo con las familias.
- Comunica claramente las normas a los deportistas y sus familias.
- Realiza actividades durante los entrenamientos destinadas a manejar la presión de grupo.

DURANTE

- Recuerda a tus deportistas el comportamiento que se espera de ellos.
- Valora si alguno de tus jugadores se está descentrando y trata de que se concentre en la competición.

DESPUÉS

- Busca un momento favorable y dialoga con los familiares haciéndoles ver lo inadecuado de este tipo de conductas.
- Convierte el incidente en una situación de aprendizaje. Reflexiona con los deportistas sobre sus sentimientos cuando desde la grada se comportan así.



ACTIVIDAD

CARTA A LAS FAMILIAS

El inicio de cada temporada es un buen momento para aunar esfuerzos y buscar la complicidad de las familias a la hora de cumplir los objetivos educativos de la práctica deportiva.

Objetivos

- Explicitar a las familias, a través de sus hijos, los objetivos educativos que se trabajarán durante la temporada.
- Buscar el compromiso de las familias en esta consecución.

Recursos

- Ficha: Carta modelo.

Desarrollo

1. Realiza la adaptación que consideres más oportuna sobre la base que proponemos (ver ficha: Carta modelo).
2. Lee la carta junto a todo tu equipo para asegurarte que ellos lo comprenden y hazles ver la importancia de la actividad.
3. Aprovecha para hablar con las familias cuando recibas las cartas firmadas para profundizar en su papel.
4. Utiliza la carta como recordatorio cuando alguno de sus puntos se vea afectado.



FICHA: CARTA MODELO

Estimada Familia:

Durante esta temporada vamos a trabajar con nuestro equipo, además de las técnicas deportivas, una serie de valores como el espíritu de equipo, la tolerancia, la solidaridad o la integridad. Y queremos que vosotros también forméis parte de este proyecto. Queremos que practicar este deporte sea una actividad satisfactoria, agradable, honesta y divertida. Queremos disfrutar del derecho al juego y asumimos las responsabilidades que de él se derivan. Por ello, junto con al resto de miembros de mi equipo me he comprometido a:

- Tratar a todo mi equipo y a los contrincantes con respeto porque creo que la violencia no es una solución ni una muestra de fuerza.
- No realizar intencionalmente simulaciones o acciones no permitidas por las reglas.
- Respetar siempre las decisiones de mi equipo técnico ya que las toma en beneficio de todos/as.
- Mostrar con corrección mi punto de vista en los temas que me afecten.
- No discutir y respetar las decisiones del árbitro.
- Aceptar las derrotas con dignidad y las victorias con sencillez y moderación.
- Contribuir a erradicar la violencia y la discriminación porque creo que son inaceptables.
- Alimentarme sana y equilibradamente.

Para cumplir con todo esto os pido vuestra colaboración
Fdo. Vuestro hijo/a: _____

Si aceptas apoyarme en el cumplimiento de todos estos compromisos, firma debajo esta carta y entrégale una copia a nuestro entrenador.

Fdo. _____

Igualdad

Tenemos derecho a no ser tratados de forma diferente por razón de nuestra cultura, religión, origen, idioma, sexo, orientación sexual o capacidades físicas psíquicas.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 2, 4 y 30.

discriminación género **racismo**
creencias **homofobia** **discapacidad** **machismo**
pobreza minorías **barreras**

En la actividad deportiva nos presentamos tal y como somos, con todos nuestros atributos y características, dispuestos a afrontar el reto que se nos presente, sea lúdico, de entrenamiento o competitivo. Lo menos deseable es que cualquiera de estas características que nos representan como ser humano sea causa de exclusión, de trato discriminatorio y, en definitiva, una limitación al acceso de los beneficios que la práctica deportiva y el juego suponen.

A diario muchos niños, niñas y jóvenes se enfrentan a la exclusión. La sociedad es cada vez más heterogénea y diversa, lo que nos plantea nuevos retos de convivencia. Dentro de la práctica deportiva, además de una adecuada programación educativa, existen muchos aspectos que se pueden abordar para contribuir a solucionar esta cuestión:

RELACIONES: Comportamientos y comunicación entre entrenador-deportista, deportista-deportista, club-deportista, club-entrenador.

INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTOS: Acceso, adaptaciones según edad o capacidad, vestuarios y servicios seguros.

PROCEDIMIENTOS: Protocolos de actuación definidos ante situaciones de discriminación tanto preventivos como reparadores y correctivos.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Acogemos adecuadamente a nuevos miembros del equipo.
- Valoramos la diversidad y nos esforzamos por comprender otros planteamientos y puntos de vista.
- Reprobamos comportamientos discriminatorios cívicamente.
- Cuidamos nuestro lenguaje y no usamos expresiones discriminatorias.

VIDA Y DEPORTE

Dos chicas de distintas escuelas se enfrentan en un partido de fútbol en Kontali, Yibuti. Es el primer torneo de fútbol para chicas que se celebra en su localidad. En numerosos países, a las niñas se les niega el derecho a la educación, pero también el derecho a disfrutar del tiempo libre y el ocio porque tienen que atender las tareas domésticas, atender a los hermanos menores, o traer agua a los hogares porque no hay acceso a agua corriente.



Situación para aprender

Uno de vuestros adversarios tiene una conducta antideportiva durante una importante competición. Se lanzan insultos racistas desde la grada y también insultan o hacen comentarios ofensivos algunos miembros de tu equipo.

¿Qué hacer?

ANTES

- Comunica a las familias el proyecto deportivo y las normas establecidas.

DURANTE

- Intenta comunicar al equipo lo que se espera de ellos.
- Trata de provocar un cambio de actitud fijando nuevos objetivos o motivaciones.
- Desautoriza las provocaciones y da ejemplo en todo momento.

DESPUÉS

- Analiza si existen muestras racistas o intolerantes en tu entorno y trata de eliminarlas.
- Solicita el apoyo de las familias.
- Organiza un evento que permita realizar una muestra pública de su cambio de actitud. Un paso importante en el cambio de actitudes consiste en la expresión de los valores personales.



Identidad

Tenemos derecho a ser inscritos al nacer, a un nombre y a una nacionalidad, a conocer a nuestros padres y a ser cuidados por ellos.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 7 y 8.

creencias acceso a servicios básicos
nacionalidad **permiso de residencia** **edad** nivel de participación
registro del nacimiento **nivel de entrenamiento**

Cuántas veces al ver algunas competiciones infantiles y juveniles hemos dudado de que la edad de algunos jugadores se ajustara a la establecida para esa categoría. Diferencias físicas notables más allá de lo característico en diferentes etnias que afectan a la igualdad de la competición. Este hecho, más allá de lo anecdótico, revela la dificultad que supone en muchos países organizar el registro de los nacimientos y por tanto los problemas que tienen esos niños para acceder a los servicios básicos de protección, sanidad, educación, etc.

Existen en la práctica deportiva aspectos en los que la edad condiciona muchos parámetros: en qué categoría se compite, cuáles son las cargas de entrenamiento adecuadas, qué nivel de participación están capacitados para asumir los atletas, etc. Ese dato, que se pone en marcha en el momento de registrar un nacimiento, tiene además otras variables: dónde se ha realizado (país y ciudad de origen) y quién lo ha realizado (familia o tutores legales), que junto a las características físicas del deportista constituirán su nivel básico de representación: quién soy.

Para un equipo será fundamental la aceptación de esa colección de características y la preparación del grupo para

aceptar las que puedan venir, así como desarrollar estrategias educativas para modelar aquellas que atenten, en primer lugar, contra la dignidad de cualquier persona y, en segundo lugar, contra los intereses del colectivo.

El refuerzo de la autoestima de los jóvenes deportistas traerá consigo una mejor predisposición al trabajo deportivo y unos mejores resultados.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Participar en las categorías que corresponden por edad o capacidad.
- Disfrutar la propia cultura, mostrarla con respeto y apreciar el valor de otras.
- Desarrollar capacidad crítica ante situaciones que impiden la realización de las personas.
- Empatizar con aquellos que no ven cumplidos sus derechos por quedar fuera de los servicios básicos de protección.



VIDA Y DEPORTE

Estos niños que juegan al baloncesto en Sumatra, Indonesia, vieron como en 2004 el tsunami que arrasó el sudeste asiático se llevó por delante la vida de miles de personas además de viviendas, escuelas, centros de salud y demás instalaciones. El esfuerzo en reconstruirlas ha permitido que un gran número de ellos puedan regresar a sus comunidades de origen y puedan disfrutar de una educación en un entorno de protección y posibilidades de desarrollo de acuerdo a sus rasgos de identidad.

Situación para aprender

Fátima es una niña que no puede participar en la competición porque no existe un equipo de la categoría de su edad. Con la buena voluntad de todas las partes se está considerando que, de momento, Fátima entrene con el grupo de niños más cercano a su categoría.



¿Qué hacer?

ANTES

- Promocionar adecuadamente el deporte femenino.
- Disponer de instalaciones adecuadas

DURANTE

- Considera en todo momento lo que es mejor para el menor al margen de otros intereses.
- Escucha la opinión de Fátima y los demás niños implicados.
- Consulta y respeta en todo momento la legislación y normativa aplicable.

DESPUÉS

- Realiza actividades con el objetivo de mejorar la cohesión grupal y la tolerancia.
- Trata de cambiar la situación recabando apoyos en las familias y en los directivos e instituciones.

ACTIVIDAD

PREJUICIOS EN LA CABEZA

Los estereotipos y prejuicios sobre los demás y sobre nosotros mismos nos impiden a menudo avanzar. Conocer cómo se forman y evitar la discriminación puede ayudar mucho a los jóvenes deportistas.

Objetivos

- Reflexionar sobre la discriminación.
- Empatizar con los discriminados.

Recursos

- Ficha: Roles y misiones.

Desarrollo

1. Cada participante lleva una cinta de papel en la cabeza en la que figura cada una de las palabras de la ficha Roles y misiones sin saber cuál es. Nadie puede decir qué palabra figura en la cinta de otra persona, solo comportarse según crea que debe hacerlo por lo que indique la cinta.
2. Según su rol, cada participante debe cumplir la misión que le es encomendada interactuando con el grupo.
3. Finalizada la actividad se pueden hacer, por ejemplo, las siguientes reflexiones:
 - ¿Quién ha adivinado lo que tenía escrito en la cinta?
 - ¿Quién cree que tiene una etiqueta positiva? ¿Y negativa? ¿Cómo te han tratado?
 - ¿Cómo os habéis sentido?
 - ¿En qué ocasiones te has sentido etiquetado con un estereotipo del que no te dejaban salir?
 - ¿Cómo influyen los prejuicios en la conducta de una persona?
4. Puedes modificar los roles y las misiones para trabajar sobre otros prejuicios ligados a tu deporte.



ROLES

Homosexual

Sucio/a

Inútil

Ladrón/a

Generoso/a

Embarazada

Ligón/a

MISIONES

Encontrar alguien que te dé un masaje.

Encontrar a alguien que te preste la equipación deportiva.

Encontrar un buen consejo sobre en qué posición debes jugar.

Encontrar a alguien dispuesto a compartir su taquilla.

Encontrar a alguien para te cuide la mochila.

Encontrar a alguien para ir a hacer puenting.

Encontrar a alguien para ir al cine al estreno de tu película favorita.



VIDA Y DEPORTE

Un chico baila break-dance en un campo de refugiados en las afueras de Jerusalén durante un taller infantil de fotografía que se celebró en el marco del 20º aniversario de la Convención sobre los Derechos del Niño. Quizá pueda sorprendernos que, incluso en las situaciones de mayor dificultad, niños y jóvenes de todo el mundo se comporten en algunos aspectos de la misma manera, derribando así algunos prejuicios.

Educación

Tenemos derecho a una educación gratuita, de calidad y que nos convierta en ciudadanos comprometidos con el cumplimiento de los derechos humanos en todo el mundo.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 27, 28, 29.

actividad **derechos** formación de formadores
instalaciones **responsables desarrollo** recursos
conocimientos **comunidad** valores

La educación suele recibir el sobrenombre de “el derecho transformador”. Se le otorga la capacidad de hacer evolucionar a las personas y a las sociedades, de cambiar situaciones injustas en justas, en definitiva, de otorgar a los seres humanos la posibilidad de alcanzar el máximo nivel de desarrollo de sus capacidades.

Al igual que la educación en general ha de plantearse cómo afrontar los nuevos retos de las sociedades modernas, globales e interdependientes, una educación deportiva de estos tiempos no puede solo centrarse en aspectos físicos, técnicos o tácticos. Debe contribuir, además, a desarrollar en los jóvenes atletas un sentimiento de pertenencia a una ciudadanía global, entendida como el conocimiento y ejercicio de sus derechos y de las responsabilidades asociadas a ellos, en cualquier momento, en cualquier lugar y para todas las personas.

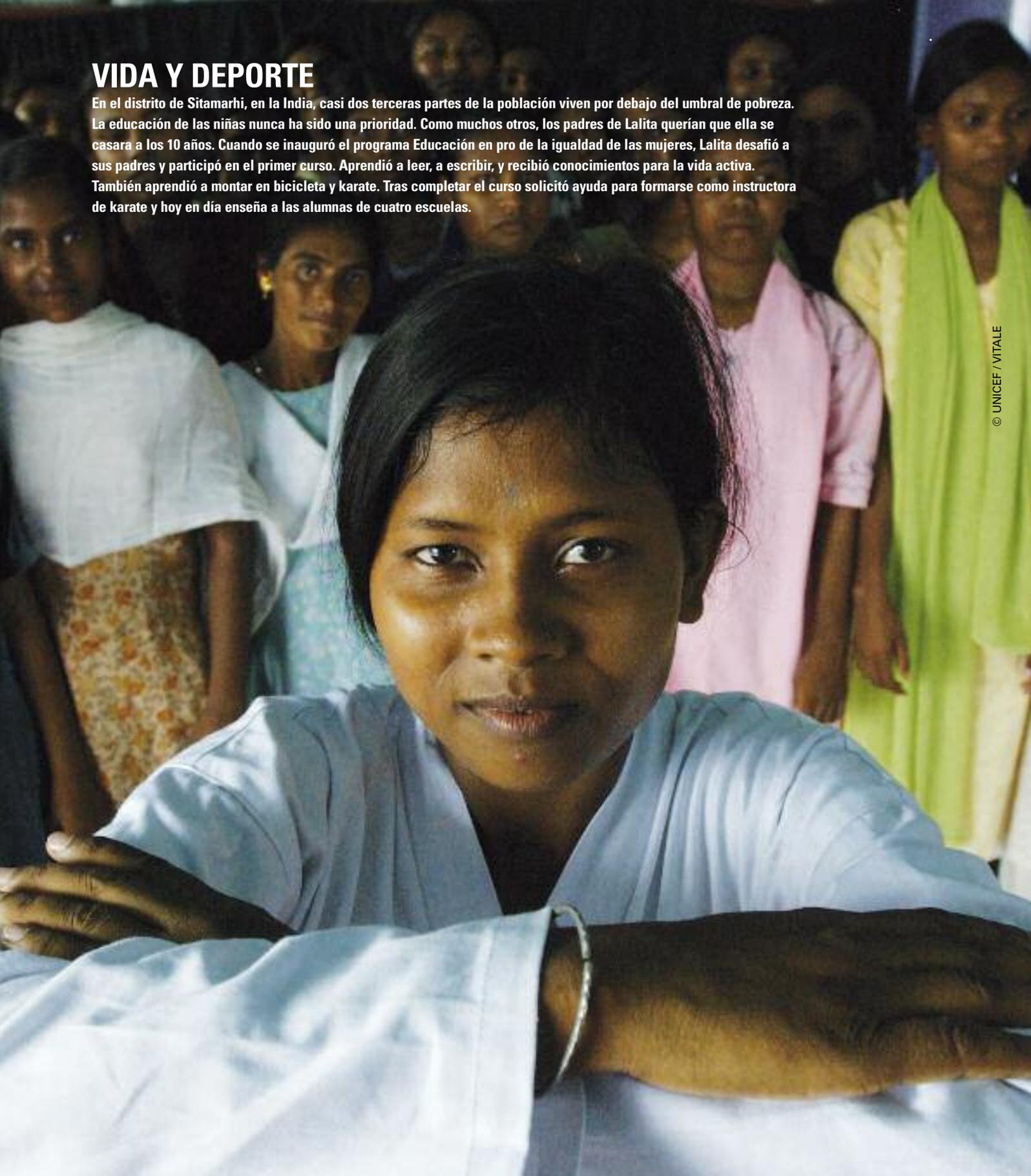
Sentirse bien, superarse, vencer en una competición, en este itinerario de objetivos los valores que las personas con responsabilidad a la hora de ejercer la función educativa sean capaces de transmitir e inculcar trascenderán del evento deportivo y supondrán su particular aportación a una mejora en la convivencia.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Aprovechar al máximo nuestra etapa formativa.
- Conocer los derechos y las responsabilidades.
- Desarrollar una conciencia crítica.
- Realizar actos solidarios de carácter deportivo.

VIDA Y DEPORTE

En el distrito de Sitamarhi, en la India, casi dos terceras partes de la población viven por debajo del umbral de pobreza. La educación de las niñas nunca ha sido una prioridad. Como muchos otros, los padres de Lalita querían que ella se casara a los 10 años. Cuando se inauguró el programa Educación en pro de la igualdad de las mujeres, Lalita desafió a sus padres y participó en el primer curso. Aprendió a leer, a escribir, y recibió conocimientos para la vida activa. También aprendió a montar en bicicleta y karate. Tras completar el curso solicitó ayuda para formarse como instructora de karate y hoy en día enseña a las alumnas de cuatro escuelas.



Situación para aprender

Uno de tus jugadores está preocupado por su rendimiento académico y te pide consejo abiertamente.

¿Qué hacer?

ANTES

- Comunica a los deportistas la importancia del equilibrio entre la actividad deportiva y el resto de facetas de su vida.
- Establece medidas de conciliación entre la actividad deportiva y la actividad académica.

DURANTE

- Recuérdales la importancia del desarrollo integral de las personas.

DESPUÉS

- Invítales a transferir los conocimientos aprendidos a través de la práctica deportiva a otras facetas de su vida.



ACTIVIDAD

¿UN MUNDO INJUSTO?

Las actividades formativas dirigidas a la educación en valores son fundamentales para el desarrollo integral de tus deportistas. Aprendiendo a resolver problemas en el campo de juego también se entrenan para la vida fuera del deporte. Ser capaces de no utilizar la violencia es un triunfo en sí mismo.

Objetivos

- Reaccionar constructivamente ante situaciones adversas.
- Canalizar de forma positiva la frustración.

Recursos

- Ficha: Resolución de conflictos en seis pasos.

Desarrollo

1. Invita a una persona desconocida para el grupo a que arbitre una de vuestras competiciones en un entrenamiento.
2. Dale la consigna de que debe arbitrar de forma injusta primero para unos y mediado el ejercicio para los otros.
3. Desde el banquillo intenta relajar las tensiones que irán ocurriendo durante la competición y detén el ejercicio ante cualquier conato de violencia.
4. Finalizado el ejercicio, explícales el objetivo de la actividad y reflexionad conjuntamente:
 - ¿Cómo os habéis sentido cuando el arbitraje os perjudicaba? ¿Y cuándo os favorecía?
 - ¿Habéis actuado de forma violenta o habéis sentido ganas de hacerlo?
 - ¿Creéis que no había otra solución que recurrir a la violencia?
 - ¿Creéis que el mundo es siempre justo para todas las personas?
 - ¿Cómo creéis que se ha sentido el árbitro?
5. Explicar otros métodos de resolución de conflictos (ver ficha: Resolución de conflictos en seis pasos).

FICHA: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN SEIS PASOS

1. IDENTIFICAR LAS NECESIDADES

“¿Qué necesitáis? ¿Qué queréis exactamente?”

Cada una de las personas que vive el conflicto tiene que contestar a esta pregunta, sin acusar o censurar a otra.

2. DEFINIR EL PROBLEMA

“¿En tu opinión, cuál es el problema?”

El grupo entero puede ayudar a encontrar respuestas sobre las necesidades de las personas. Las personas que viven el conflicto deben aceptar la definición.

3. PLANTEAR NUMEROSAS SOLUCIONES

“¿Quién puede pensar en un medio por el que podríamos resolver el problema?”

Cada uno puede aportar una respuesta. Todas tendrían que ser anotadas, sin comentarios, juicio o evaluación. El objetivo de esta etapa es llegar a producir el máximo número de soluciones.

4. EVALUAR LAS SOLUCIONES

“¿Estaríais contentos con esta solución?”

Cada actor del conflicto consulta la lista de alternativas y explica las que le parecen aceptables o no.

5. ELEGIR LA MEJOR SOLUCIÓN

“¿Aceptáis todos esta solución? ¿El problema ya está resuelto?”

Estar seguro de que todas las partes en conflicto aceptan la solución y reconocer sus esfuerzos durante la búsqueda de una solución.

6. VER CÓMO SE APLICA LA SOLUCIÓN

“Hablemos otra vez de esta situación para asegurarnos de que el problema está realmente resuelto”

Se establecerá un plan para evaluar la solución. Según la naturaleza del conflicto y de la edad de los protagonistas la evaluación se puede hacer algunos minutos después, una hora después, un día después...

Participación

Tenemos derecho a expresar nuestras opiniones y a que estas sean tenidas en cuenta por nuestra familia, nuestros educadores y nuestras autoridades, así como a recibir una información adecuada de los temas que nos afecten.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 12, 13, 14, 15 y 17.

implicación relaciones interpersonales
autoritarismo **información** **toma de decisiones**
habilidades sociales **democracia**
libertad de expresión modelos de familia **representación**

A medida que el juego se estructura, y se convierte en deporte, las posibilidades de tomar decisiones e incluso de opinar se van trasladando del niño hacia su entorno, sometiéndose en ocasiones al dictado del entrenador, padres u otros compañeros mayores. La participación se queda solo en el plano físico y no se consolida como derecho. El enfrentamiento con las figuras de la autoridad deportiva que no consideran este derecho puede tener como consecuencia situaciones violentas o de conflicto.

La adaptación de esa participación a las capacidades físicas y psíquicas de los jóvenes deportistas, así como el período de aprendizaje para su desarrollo, deberá estar integrada tanto en la práctica física como en la educativa. Establecer los cauces en los que debe moverse generará ricas interacciones entre los miembros del equipo, permitirá aportaciones de soluciones creativas y

eficaces y predispondrá al colectivo a afrontar retos de niveles superiores.

Dotar de contenido esos cargos que ya existen, como por ejemplo los capitanes y capitanas de equipo, más allá del sorteo de campos puede ser un inicio en el ejercicio de la participación, además de abrir turnos de palabra cuando una nueva idea sea necesaria.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Escuchar con atención las opiniones de los demás.
- Expresar la opinión propia con corrección.
- Desempeñar las responsabilidades asumidas.
- Organizar la participación en el seno del equipo o club.

n

VIDA Y DEPORTE

En 2010, Pakistán sufrió una de las más importantes inundaciones que se recuerdan afectando a cerca de 20 millones de personas, la mitad de ellos niños y niñas. La atención a los menores refugiados precisa de estrategias que les ayuden a afrontar esos momentos de dificultad extrema y que les permita seguir progresando en su desarrollo. Es ahí cuando el juego, además de servir de estímulo, favorece el aprendizaje de habilidades de comunicación tan necesarias a la hora de participar.



Situación para aprender

Miembros de tu equipo frustrados por la actuación arbitral y el resultado de la competición comienzan a tener actitudes violentas y antideportivas.

¿Qué hacer?

ANTES

- Reflexiona con tus jugadores sobre el comportamiento adecuado durante la competición y adquirir un compromiso con el juego limpio.
- Da pautas claras sobre el comportamiento adecuado al ganar y perder. Compórtate en todo momento de forma coherente con estas pautas.
- Practica situaciones de desigualdad y conflicto en los entrenamientos para darles la oportunidad de explorar sus actitudes. Dialoga después sobre cómo se han sentido y comportado.

DURANTE

- Mantén la calma.
- Llama la atención a tus jugadores con respeto, corrección y serenidad en caso de conductas antideportivas.
- Trata de provocar un cambio de actitud fijando nuevos objetivos o motivaciones.

DESPUÉS

- Dialoga con tu equipo sobre lo ocurrido. Escucha sus sentimientos y motivaciones.
- Sanciona proporcionadamente las conductas inadecuadas.
- Continúa practicando situaciones de conflicto explorando soluciones alternativas a los conflictos.
- Organiza un evento que permita realizar una muestra pública de su cambio de actitud.



ACTIVIDAD

SOMOS RESPONSABLES

En cualquier actividad organizada hay que tomar muchas decisiones por parte de muchas personas. Tener claro cuales corresponden a cada uno y como formar parte de esas decisiones son elementos clave en el desarrollo de la convivencia. A participar también se aprende.

Objetivos

- Fijar responsabilidades entre los miembros del grupo y la comunidad.
- Desarrollar un sentimiento de pertenencia activa.

Recursos

- Ficha: Cuadrante de responsables.

Descripción

1. Al inicio de la temporada será necesario clarificar qué cuestiones son importantes para el buen desempeño de la actividad. A medida que los deportistas crecen pueden ir comprendiendo mejor funciones y tareas más complejas y su nivel de aportación crecerá en ese sentido. Por lo tanto, fomentar su participación desde edades tempranas facilitará este proceso.

2. Repasaremos con el grupo el cuadrante (ver ficha: Cuadrante de responsables) y la modificaremos en aquello que sea preciso.

3. Una vez acordada con todos los agentes la distribuiremos a todos los miembros de la comunidad deportiva.

4. Periódicamente repasaremos el grado de cumplimiento de las responsabilidades y propondremos alternativas de mejora si fuera preciso.



FICHA: CUADRANTE DE RESPONSABLES.
(ACTIVIDAD: SOMOS RESPONSABLES)



ROLES	RESPONSABILIDADES (ejemplos)
Deportistas	<ul style="list-style-type: none"> ● Alimentarse correctamente. ● Respetar las normas. ● Cuidar el material. ● Colaborar con los miembros de la comunidad deportiva. ●
Entrenadores	<ul style="list-style-type: none"> ● Programar las sesiones de entrenamiento. ● Velar por la seguridad de la práctica deportiva. ● Comunicarse con familias y responsables. ●
Familias	<ul style="list-style-type: none"> ● Velar por el desarrollo armónico de los jóvenes los deportistas. ● Dar un entorno protector y estimulante a los niños y niñas. ● Mantener una comunicación fluida con sus hijos y educadores. ●
Clubes	<ul style="list-style-type: none"> ● Realizar una planificación adecuada. ● Crear las condiciones adecuadas para la formación deportiva. ● Desarrollar los protocolos de actuación oportunos. ●
Instituciones	<ul style="list-style-type: none"> ● Promover los hábitos deportivos más saludables. ● Crear las condiciones adecuadas para la formación deportiva. ● Desarrollar los protocolos de actuación oportunos. ●
.....	<ul style="list-style-type: none"> ● ● ●

Basket CAI Zaragoza

Baloncesto

“ El hecho de que todos los niños y niñas que se forman en nuestro club además de amar el baloncesto se conviertan en personas que se preocupan por los demás y que asumen sus responsabilidades desde la motivación, es un reto que abordamos con pasión y compromiso ”

Protección

Tenemos derecho a ser protegidos contra la realización de cualquier trabajo que ponga en peligro nuestra salud, nuestra educación o nuestro desarrollo.

Los menores con discapacidad **tenemos derecho** a recibir cuidados y educación especiales para disfrutar de una vida plena.

Tenemos derecho a ser protegidos contra los malos tratos, las humillaciones, los abusos sexuales y los secuestros.

Tenemos derecho a vivir en paz, a no ser reclutados como soldados y a recibir protección especial en caso de ser refugiados o víctimas de un desastre natural.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículos 19, 22, 23, 32, 34, 35, 36, 38, 39.

violencia maltrato

detección de violencia

acoso dignidad

abusos **novatadas** respeto

tráfico de personas denuncia

El deporte está tan integrado en nuestras vidas que no puede permanecer ajeno a esa parte menos grata que existe en todas las sociedades. Junto con los innegables beneficios que aporta en cuanto a desarrollo y socialización comienzan a explicitarse otras realidades en las que de nuevo los niños y las niñas son los más vulnerables. Hay evidencias de que el deporte no siempre es un espacio seguro para los niños puesto que sufren el mismo tipo de violencia y abusos que a veces encontramos en el ámbito familiar, escolar o comunitario. La preocupación por la violencia contra los niños en el deporte no está lo suficientemente extendida entre los distintos responsables de la actividad física y será necesario y urgente desarrollar las políticas y los procedimientos necesarios para prevenirla, informar de ella y responder adecuadamente tanto en el interior de clubes y equipos como desde la justicia ordinaria.

Aquellos individuos o colectivos que aceptan la cultura de la violencia y toleran o permiten prácticas abusivas están descuidando quizá su principal objetivo y es con formación, con políticas y con la práctica como conseguirán erradicarse.



VIDA Y DEPORTE

Cada año se celebra en Fortaleza, Brasil, el “Jangurussu”, una fiesta que en la que se representan las situaciones que viven las personas en los vertederos de basura de la ciudad. En Fortaleza, pocos jóvenes tienen acceso a la educación y al trabajo, por lo que muchos ven en la prostitución su única posibilidad. Esta alumna de danza clásica de la Escuela para la Danza e Integración Social de Fortaleza ensaya una representación para la mencionada fiesta.

En el contexto deportivo, la violencia se puede expresar de múltiples formas, entre ellas:

- Humillación psicológica basada en el género, en aspectos corporales o en el rendimiento.
- Exceso de presión en jóvenes deportistas por lograr un alto rendimiento.
- Privilegios sexuales por formar parte de equipos o selecciones.
- Ritos iniciativos (novatadas) degradantes y peligrosos.
- Regímenes nutricionales extremos que traen problemas de salud o trastornos alimenticios.
- Castigo físico como estímulo para mejorar el rendimiento.
- Lesiones por prácticas extremas, excesivas o en lugares poco seguros.
- El uso de sustancias ilegales para mejorar el rendimiento (dopaje).
- La presión de grupo sobre el consumo de alcohol o drogas.

- La negación del suficiente descanso y atención.
- Tráfico ilegal de personas.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Denunciar la explotación.
- Tomar precauciones a la hora de realizar esfuerzos.
- Mostrar solidaridad hacia las personas con discapacidades, velar por mantener un entorno sin barreras, asumir los cambios que implican incorporar estas adaptaciones de forma positiva.
- Vivir la discapacidad de forma constructiva.
- Respetar las normas de convivencia.
- Resolver los conflictos de forma no violenta, exponer nuestras frustraciones de forma constructiva, reclamar a los responsables que movilicen la ayuda que sea necesaria.
- Promover iniciativas solidarias.



Situación para aprender

Sospechas que uno de tus jugadores está sufriendo acoso por parte de algunos miembros de tu equipo.

¿Qué hacer?

ANTES

- Desarrolla actividades específicas para fomentar la integración y el espíritu de grupo.
- Analiza si se está creando un grupo excluyente.
- No fomentes la cohesión de equipo por oposición a los otros.
- Compensa adecuadamente los aspectos lúdicos y competitivos.

DURANTE

- Recaba la información adecuada sobre la situación.
- Toma las medidas necesarias para proteger a la supuesta víctima. Hazlo de forma preventiva aunque aún no existan evidencias del acoso.
- Solicita el apoyo del entorno.

DESPUÉS

- Trabaja para mejorar la autoestima de la posible víctima.
- Modifica las estructuras de poder de las que pueden servirse los acosadores.
- No seas tolerante con la cultura de la violencia.

ACTIVIDAD

CUIDAMOS NUESTRO ENTORNO

Las actitudes de respeto deben ampliarse y afectar tanto a las personas como a todo lo que nos rodea. Con el paso del tiempo dejamos de mirar alrededor y nos conformamos con el estado de las cosas. Evidentemente los recursos son limitados pero todos tenemos parte de responsabilidad en el mantenimiento y mejora del espacio físico y social. Seguro que podemos aportar algo al espacio donde desarrollamos nuestra práctica deportiva.

Objetivos

- Evaluar el estado de seguridad y adecuación de las instalaciones en las que desarrollamos nuestro deporte.
- Compartir con el grupo la necesidad de cuidar las instalaciones.

Recursos

- Ficha: Examinamos las instalaciones.

Desarrollo

1. Antes de iniciar la práctica deportiva examinaremos el estado de seguridad de las instalaciones, identificaremos riesgos y trasladaremos las recomendaciones oportunas

a los responsables de las instalaciones según la normativa aplicable.

2. Una vez identificados los compartiremos con los deportistas e intentaremos descubrir nuevos contando con su participación. Para ello utilizaremos un sencillo cuestionario (ver ficha: Examinamos nuestras instalaciones) que podemos personalizar según nuestro deporte.

3. Además de advertirles sobre sus consecuencias podemos involucrarles en su subsanación y establecer mecanismos de comunicación si detectan algún riesgo, sea leve o grave.

4. A partir de estas prácticas se pueden integrar otras de carácter medioambiental, de orden y cuidado del material de entrenamiento, etc.





FICHA: EXAMINAMOS NUESTRAS INSTALACIONES
(ACTIVIDAD: CUIDAMOS NUESTRO ENTORNO)

PREGUNTA	SÍ	NO
• ¿Las infraestructuras están adaptadas a personas con discapacidad?		
• ¿Existen instalaciones adecuadas para niños y niñas?		
• ¿Los niños mayores y pequeños comparten los mismos espacios?		
• ¿Los extraños tienen acceso libremente a los grupos de niños?		
• ¿Las instalaciones y el material tienen el mantenimiento adecuado?		
• ¿Nuestra práctica deportiva está libre de peligros?		
• ¿Existen pintadas sexistas, racistas o violentas?		
• Si detectamos algún problema, ¿sabemos a quién debemos recurrir?		
• ¿Podemos contribuir al ahorro de energía, agua y a otras medidas favorables al medio ambiente?		
• ¿Alguien se hizo daño últimamente entrenando? ¿Se pudo evitar?		
• ¿Las zonas más peligrosas están señalizadas o identificadas?		
• ¿Las personas que se incorporaron una vez iniciada la temporada conocen esta información?		
• ¿Es posible mantener la intimidad de todas las personas?		
• ¿Las instalaciones permiten desarrollar una higiene adecuada?		
• ¿Las pertenencias de los participantes están seguras durante el entrenamiento?		

• COMENTARIOS

.....

.....

.....





Xavi Torres

Natación

© UNICEF ESPAÑA / FEDERICO SIMCIC

“ Lo más importante es conocerse a uno mismo y quererse como uno es. Todos tenemos capacidades y discapacidades. Lo importante es conocer tus capacidades para desarrollarlas al máximo para sentirte realizado. Es la forma de ser feliz y de que los demás te vean así ”

Juego

Tenemos derecho a disponer de tiempo, compañeros y espacios para jugar y desarrollarnos.

Convención sobre los Derechos del Niño, artículo 31.

desarrollo seguridad **descanso**
ocio **deporte** **rehabilitación**
amistad **recreación** modelos de familia

Cuando juega, el niño permanece activo. Observa, pregunta y responde, hace elecciones y amplía su imaginación y su creatividad. El juego proporciona al pequeño la estimulación que su cerebro necesita para desarrollarse y poder aprender en el futuro. A través del juego explora, inventa, crea, desarrolla habilidades sociales y formas de pensar; aprende a confrontar sus emociones, mejora sus aptitudes físicas y se descubre a sí mismo y sus propias capacidades. En la infancia, el juego constituye una sólida base para toda una vida de aprendizaje.

En épocas de conflicto, posconflicto y emergencias, el deporte y el juego proporcionan esperanza y sentido de normalidad a los niños y niñas afectados. Esas actividades también ayudan a que los pequeños que han sufrido traumas canalicen sanamente el dolor, el temor y la pérdida. De igual modo, ayudan a cicatrizar las heridas emocionales creando un ambiente seguro en el que pueden expresar sus sentimientos, aprenden a confiar y restablecen su autoestima.

Mediante el deporte y el juego, los niños y los adolescentes aprenden a pensar críticamente y a emplear su criterio para

solucionar problemas. Esas actividades promueven el sentido de la amistad, la solidaridad y el juego limpio. También enseñan autodisciplina y respeto por los demás y desarrollan habilidades para trabajar en equipo. No menos importante, el deporte y el juego enseñan a los niños y niñas a hacer frente a las dificultades y los preparan para asumir papeles de liderazgo y convertirse en individuos responsables y útiles a su comunidad.

En la medida en que seamos capaces de conservar en la práctica deportiva todo aquello de diversión, respeto y convivencia que caracteriza al juego, más cerca estaremos de mantener su carácter educativo y de contribución al bienestar colectivo.

TRABAJAMOS LA RESPONSABILIDAD:

- Utilizar el ocio de forma responsable.
- Valorar la amistad y el compañerismo, disfrutar de la práctica deportiva.
- Favorecer la integración de todos los participantes.
- Apoyar a los que se ven privados de su derecho al juego.



VIDA Y DEPORTE

Tres chicas sonríen mientras juegan con un aro en un centro para adolescentes en Beitfourik Village, al este de la ciudad de Nablus en los Territorios Palestinos Ocupados. La necesidad de apoyo psicosocial para niños y sus familias sigue siendo básica. La destrucción de viviendas, escuelas y áreas de recreo obliga a facilitar en estos espacios actividades educativas, deportivas y artísticas. El juego tiene la capacidad de normalizar, al menos momentáneamente, las situaciones más difíciles.

Situación para aprender

Uno de tus mejores jugadores ha perdido el interés por la competición y está pensando dejar el equipo.

¿Qué hacer?

ANTES

- Busca un equilibrio entre el rendimiento deportivo y lo lúdico.
- Fomenta el liderazgo participativo.

DURANTE

- Dialoga con tus jugadores, explora sus sentimientos y motivaciones.

DESPUÉS

- Plantea a tus deportistas retos personales adicionales a la competición.

ACTIVIDAD

EL CÍRCULO SOLIDARIO

Mantener el carácter lúdico del juego en cualquier actividad deportiva es una garantía de motivación y de desarrollo. Incorporarlo de forma permanente debe ser el reto de cualquier preparador.

Objetivos

- Mejorar la cohesión del grupo.
- Valorar las soluciones cooperativas frente a las individualistas.

Desarrollo

1. A modo de ejemplo exponemos esta actividad que puede favorecer una reflexión grupal sobre los beneficios de modificar actitudes en las que "solo se gana a otro" por las que "entre todos ganamos al propio juego".
2. Se distribuyen en el suelo tantos aros como participantes tengamos en la actividad. A una distancia determinada se coloca todo el grupo.
3. A una señal cada miembro del grupo debe correr a ocupar el interior de un aro.
4. A continuación se va eliminando cada vez un aro, produciéndose la ocupación de un mismo aro por varios participantes lo que dará lugar a distintos comportamientos, desde la expulsión de competidores hasta el acomodo de varios en el mismo aro.
5. Finalmente solo quedará un aro y será imprescindible que cooperen para poder estar todos dentro.
6. La actividad debe terminar con una reflexión grupal en torno a cómo se han sentido y qué les ha motivado a cambiar de actitud y qué dificultades tuvieron durante el juego.



Familia
Juego
Participación
Igualdad
Salud e identidad

AUTOEVALUACIÓN

Los siguientes cuestionarios tienen por objeto proporcionar una autoevaluación del grado de promoción o denegación de los derechos de la infancia en la práctica deportiva. Los distintos responsables podrán identificar áreas fuertes y de mejora en la organización deportiva desde la perspectiva de los derechos de la infancia. Lejos de intentar ser exhaustivos, los cuestionarios pretenden incentivar la reflexión y la motivación para introducir aquellos cambios que sean necesarios para que la enseñanza deportiva sirva a los fines de una educación en valores en la que los derechos sean su guía y motor.

ón
Educación
lad Protección

Salud

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Realizamos el suficiente seguimiento médico de los deportistas?				
¿Realizamos algún tipo de actividad educativa para fomentar los hábitos saludables de nutrición y práctica deportiva?				
¿Tomamos algún tipo de medida para la prevención de accidentes?				
¿Tenemos algún procedimiento de actuación en caso de que algún menor resulte accidentado?				
¿Analizamos el nivel de presión, estrés o ansiedad al que están sometidos nuestros deportistas?				
¿Estamos enseñándoles a gestionar la presión y las expectativas?				
¿Disponemos de algún mecanismo de detección temprana de trastornos?				
¿Tenemos algún sistema de intercambio de información con las familias sobre aspectos relacionados con la salud? ¿Cuidamos su privacidad?				

Familia

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Hemos comunicado nuestro proyecto deportivo/educativo a las familias?				
¿Hemos comunicado las normas de convivencia a los deportistas y sus familias?				
¿Gestionamos adecuadamente las expectativas familiares?				
¿Calificaríamos de adecuada la comunicación entre las familias y los formadores deportivos?				
¿Conocemos cómo debemos actuar cuando tenemos un conflicto con alguna de las familias de nuestros deportistas?				
¿Tenemos un sistema articulado de comunicación con las familias?				
¿Tenemos suficiente información sobre las circunstancias familiares de nuestros deportistas?				
¿Existe alguna actividad que realice conjuntamente con todos los deportistas y sus familias?				

Igualdad

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Hemos establecido medidas de fomento de la igualdad?				
¿Existen expresiones de discriminación en nuestro entorno como pintadas o bromas?				
¿Disponemos de un plan de acogida para los nuevos miembros?				
¿Disponemos de una oferta deportiva que permita la integración de personas con discapacidad?				
¿Disponemos de medidas de actuación para deportistas en riesgo de exclusión por la pobreza infantil?				
¿Tenemos una buena comunicación con las familias en este tema?				
¿Son conocidas las medidas que tomamos ante conductas racistas?				
¿Son conocidas las medidas que tomamos ante conductas de discriminación por género?				

Identidad

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Disponemos de una oferta deportiva adecuada para todas las edades?				
¿Disponemos de una oferta deportiva adecuada para ambos sexos?				
¿Conocemos qué aspectos religiosos o de creencias de nuestros deportistas pueden tener influencia en la práctica deportiva?				
¿Todos nuestros deportistas compiten en la categoría que les corresponde por edad y desarrollo?				
¿Las cargas de entrenamiento de nuestros deportistas están ajustadas a su nivel de desarrollo?				
¿Todos los deportistas son tratados con un uso correcto de su nombre?				
¿Toleramos dentro del colectivo algún tipo de comportamiento discriminatorio por causas relacionadas con el origen, el sexo, las capacidades o las creencias?				
¿Tenemos una buena comunicación con las familias en este tema?				

Educación

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Disponemos de medidas de conciliación entre la actividad académica y deportiva?				
¿Disponemos del nivel de formación adecuado para realizar actividades educativas?				
¿Realizamos nuestras actividades orientadas hacia la formación integral?				
¿Si detectamos alguna dificultad en el aprendizaje la comunicamos adecuadamente?				
¿Tenemos información actualizada del desempeño educativo de los deportistas?				
¿Existen sistemas de evaluación de aquellos aprendizajes no estrictamente deportivos?				
¿Están recogidas en los documentos institucionales de la organización la promoción y defensa de los derechos de la infancia?				
¿Tenemos una buena comunicación con las familias en este tema?				

Participación

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Contamos con la opinión de los menores en los temas que les afectan?				
¿Existen cauces adecuados para la participación de los menores en la toma de decisiones según su grado de madurez?				
¿Existen cauces adecuados de participación de las familias?				
¿Nuestra actividad se integra en la acción de la comunidad donde se desarrolla o está al margen?				
¿Desarrollamos actividades para aprender a participar de manera positiva?				
¿Están representados los menores en los órganos de dirección del club/centro?				
¿Está estructurada una participación creciente en consonancia con la madurez de los deportistas?				
¿Los procesos de elección de representantes siguen pautas democráticas?				

Protección

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Prevenimos adecuadamente las novatadas?				
¿Hemos erradicado el castigo físico y el trato humillante como elementos supuestamente educativos?				
¿Disponemos de mecanismos de prevención del abuso sexual?				
¿Disponemos de mecanismos de prevención del acoso?				
¿Somos ejemplares en nuestras conductas relacionadas con la violencia de cualquier tipo?				
¿Hemos tenido algún caso de cualquier tipo de abuso? ¿En caso afirmativo, hemos sabido proteger a las víctimas y reconducir la situación?				
¿Realizamos actividades educativas para fomentar el respeto y la tolerancia?				
¿Tenemos una buena comunicación con las familias en este tema?				

Juego

	SI/NO	NOMBRE DEL RESPONSABLE	DÓNDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN	COMENTARIOS
¿Nuestros jóvenes disfrutan de la práctica deportiva?				
¿Realizamos actividades donde los niños pueden explorar libremente sus capacidades?				
¿Fomentamos los retos personales al margen de la competición?				
¿Los juegos están incorporados como una forma de entrenamiento?				
¿Los juegos están adaptados a las posibilidades de las instalaciones?				
¿Los juegos están adaptados a las posibilidades físicas de los deportistas?				
¿Los deportistas pueden aportar juegos a la dinámica del entrenamiento?				
¿Cuando se incorporan juegos tradicionales se adaptan a las condiciones adecuadas de ejecución?				

Amaya Valdemoro

Baloncesto



“Creo que cada paso de mi carrera lo he dado acertadamente y siempre con el apoyo de mi familia, que me ha ayudado en todo”

Referencias y anexos

FORMA PARTE DE LA RED DE CENTROS EDUCATIVOS Y ESCUELAS DEPORTIVAS DE UNICEF

Inscribe tu centro en enredate.org, el programa educativo de UNICEF, y únete al esfuerzo que desarrollan los centros educativos y escuelas deportivas en su compromiso con los derechos de la infancia.

UNICEF, a través de su programa enredate.org, posibilita a los centros educativos convertirse en su aliado a través de tres niveles de compromiso:

Centros Enredados

Serán Centros Enredados todos aquellos que se registren en la web enredate.org. Estar enredado posibilita recibir de manera gratuita los materiales educativos de UNICEF, tener acceso a todos los recursos educativos de la web enredate.org, compartir información con otros centros enredados y recibir información periódica sobre el trabajo de UNICEF.

Centros Colaboradores

Aquellos Centros Enredados que participen en alguna de las actividades propuestas dentro de las campañas educativas del programa enredate.org serán reconocidos como Centros Colaboradores por el curso en que realicen dicha colaboración.

Escuelas Amigas de UNICEF

Las Escuelas Amigas de UNICEF además de comprometerse con una decisiva aportación educativa se movilizan para conseguir recursos económicos con destino a los programas de cooperación de UNICEF. Recibirán la distinción anual de Escuelas Amigas de UNICEF aquellas que:

- Incorporen a su Proyecto Educativo de Centro o estatutos la promoción, el conocimiento y la defensa de los derechos de la infancia según se recogen en la Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño de 1989,
- Celebren el Día Universal de la Infancia (20 de noviembre),
- Utilicen, según su criterio, los materiales educativos de UNICEF y participen en sus campañas educativas,
- Promuevan actividades de captación de fondos en favor de los programas de cooperación internacional que UNICEF desarrolla en todo el mundo. Los centros que lo deseen podrán suscribir un convenio de colaboración con UNICEF o bien presentar una memoria justificativa del cumplimiento de estas acciones para recibir esta distinción. Más información en: www.enredate.org

BIBLIOGRAFÍA

- Carranza, M. y Mora, J.M., *Educación física y valores: educando en un mundo complejo*. Graó, Barcelona, 2003.
- De Busk, M y Hellison, D., 'Implementing a physical education self-responsability model for delinquency prone youth'. *Journal of teaching Physical Education*, Illinois, 1989.
- Durán, J. y Jiménez Martín, P., 'Propuesta de un programa para educar en valores a través de la actividad física y el deporte'. *Apunts. Educació Física i esports (77)*, 25-29, Barcelona, 2005.
- Fountain, Susan, UNICEF, *Education for Development. A teacher's resource for global learning*. Hodder&Stoughton, Londres, 1995.
- Hellison, D., 'Teaching responsibility trough physical activity'. *Human Kinetics*, Chicago, 1995.
- Jiménez Martín, P., *Modelo de intervención para educar en valores a jóvenes en riesgo a través de la actividad física y el deporte*. Madrid, 2000.
- Kohlberg, L., *The philosophy of moral development*. Harper and Row, San Francisco, 1981.
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Consejo Superior de Deportes, Consejo de Europa, *Carta Europea del Deporte y Código de ética deportiva*. 2000.
- Ministerio de Sanidad y Política Social, Ministerio Educación y Ciencia. *Actividad física y salud. Guía para familias*. Madrid, 2007.
- Ministerio de Sanidad y Política Social, Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad (NAOS). *Come Sano y Muévete: 12 Decisiones Saludables*. Madrid, 2010.
- Naciones Unidas, *Convention on the Rights of the Child*. United Nations, New York, 20 November 1989.
- Naciones Unidas, *Convention on the Rights of Persons with Disabilities*. United Nations, New York, 13 December 2006.
- Naciones Unidas, *Deporte para el desarrollo y la Paz. Informe del grupo de trabajo interinstitucional de Naciones Unidas sobre el deporte para el desarrollo y la paz*. 2003.
- Omeñaca, R. y Ruiz, J., *Juegos Cooperativos y Educación Física*. Paidotribo, Barcelona, 2001.
- Orlick, T., *Libres para cooperar, libres para crear*. Paidotribo, Barcelona, 1990.
- Pinheiro, Paulo Sérgio, *World Report on Violence against Children*. United Nations Secretary-General's Study on Violence against Children, Naciones Unidas, Ginebra, 2006.
- UNICEF, *Deporte para la paz y el desarrollo. Propuestas didácticas para educar en valores*. Madrid, 2010.
- UNICEF, *Estado Mundial de la Infancia 2011: La adolescencia. Una época de oportunidades*. Nueva York, 2011.
- UNICEF, *Manual de aplicación de la Convención sobre los Derechos del Niño*. Ginebra, 2004.
- UNICEF, *Sport, Recreation and Play*. UNICEF, Nueva York, 2004.
- UNICEF Innocenti Research Centre, *Protecting children from violence in sport. A review with a focus on industrialized countries*. Florencia, 2010.
- UNICEF y Consejo Superior de Deportes, *Deporte para un mundo mejor. Guía para la práctica deportiva*. Madrid, 2010.

AGRADECIMIENTOS

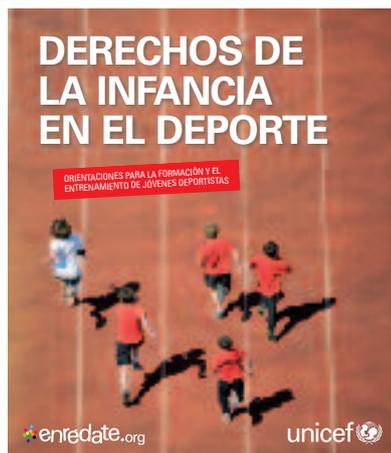
Deseamos agradecer a todas las personas que han intervenido en la creación de esta obra su colaboración y su interés en hacer del deporte un elemento fundamental en el desarrollo de niños y niñas de todo el mundo.

En primer lugar a los deportistas que aparecen en esta publicación. También a los que con su actitud y compromiso contribuyen desde el deporte a hacer del mundo un lugar mejor para la infancia. Queremos destacar a aquellos que colaboran activamente con nuestra organización y especialmente a Embajadores y otros colaboradores de UNICEF que utilizan su posición para participar en iniciativas que nos hacen percibir la importancia de que todos estemos en el mismo equipo a la hora de defender los derechos de la infancia: Leo Messi, Pau Gasol, Fernando Alonso, Pedro Delgado, Sergio Ramos, David Villa, Mayte Martínez, Juan Mata, Gemma Mengual, *Pepu* Hernández, Juan Carlos Pastor, Virginia Ruano, Xavi Torres, Amaya Valdemoro y *Basket CAI* Zaragoza.

A todas las personas, instituciones y fotógrafos que han colaborado en la producción de esta publicación (Raúl Booz, Ildefonso González, Miguel Ruiz, Miguel Ángel Santos, Giorgio Scala, Federico Simcic, Marcelo Ulloa, MARCA, Club Balonmano Valladolid, FC Barcelona, Real Madrid CF).

A los fotógrafos que colaboran con UNICEF dando testimonio de la situación de la infancia en todo el mundo y haciendo comprensibles muchas de nuestras palabras (Asselin, De Cesare, Dormino, Estey, Georges, Hyun, Look, Markisz, Mawa, Nesbitt, Noorani, Pirozzi, Taha, Versiani, Vitale, Zungu).

A todas las escuelas deportivas y centros educativos que cada día se esfuerzan en perfeccionar el aspecto formativo y humano de su labor.



DIRECCIÓN EDITORIAL: Ignacio Guadix

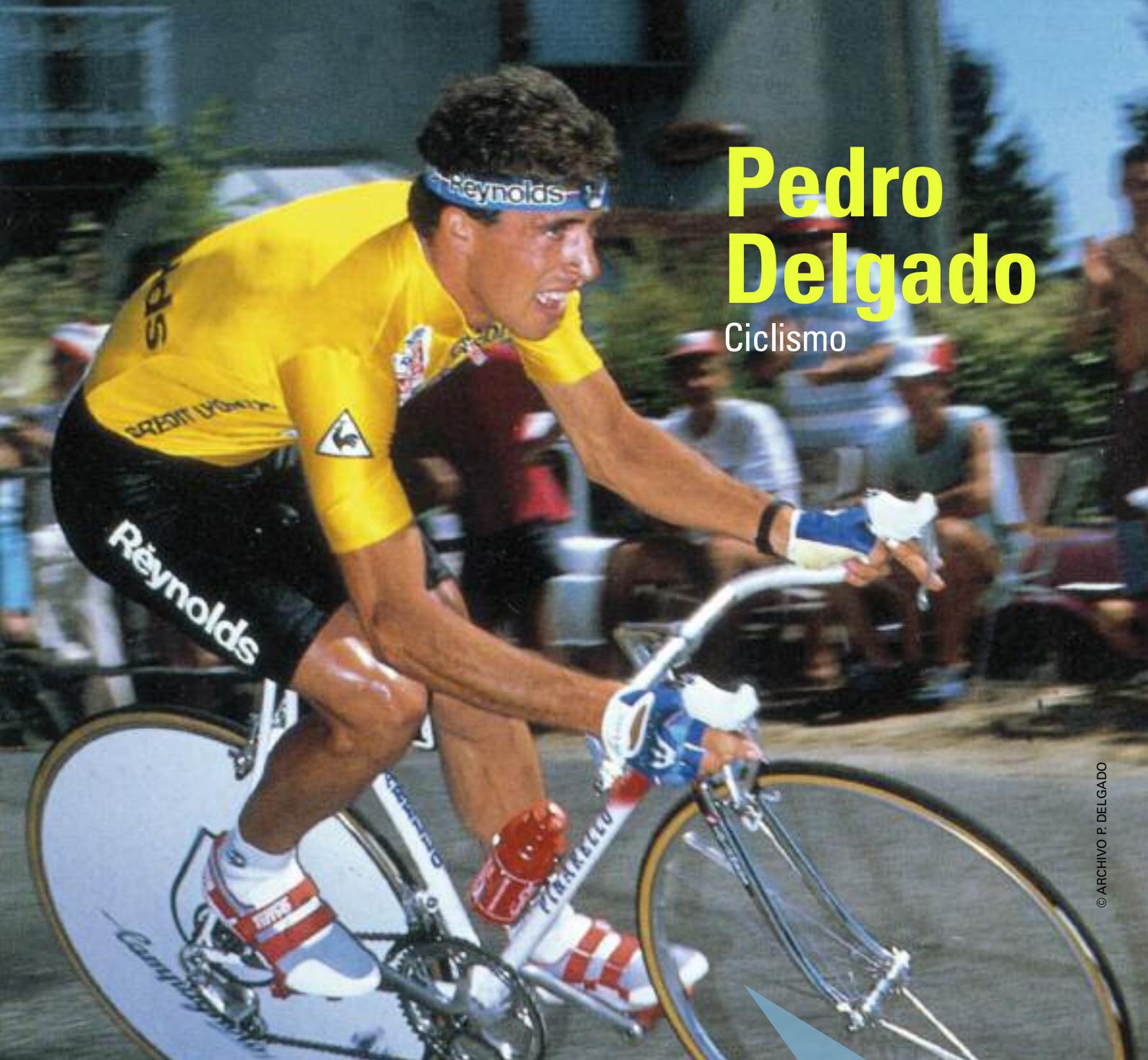
REDACCIÓN: Oscar Belmonte, José Manuel Cabo, Amaya López de Turiso

COORDINACIÓN: Digna Crespo, Cristina Ribes

PRODUCCIÓN: Leticia Bragança, Jazmín Cangahuala, Concepción Grijalba, Gabriela Herrero, Darío Lavado, Isabel Martínez, Daniel Muñoz, Laia Ruich, Federico Simcic, Oscar Yáñez

DISEÑO GRÁFICO: Rex Media S.L.

DEPÓSITO LEGAL M-17671-2011

A professional cyclist, Pedro Delgado, is captured in a dynamic pose while riding a road bike. He is wearing a bright yellow jersey with 'SP' and 'CREDIT LYONNAIS' visible, black shorts with 'Réynolds' written on the side, and a blue headband with 'Réynolds' on it. He is wearing blue and white cycling gloves and red and white cycling shoes. The background is blurred, showing other cyclists and spectators, suggesting a race in progress.

Pedro Delgado

Ciclismo

© ARCHIVO P. DELGADO

“ Dar el salto al deporte profesional no es una decisión sencilla. Hay mucha responsabilidad, exigencia, presión. La mejor forma de afrontarlo es haber tenido una buena etapa formativa, rodeada de personas que te ayuden, que te quieran y que piensen en lo mejor para ti ”



Si tuviéramos que destacar algo de lo que aportará el deporte en este siglo además de los títulos conseguidos, las marcas batidas, los aficionados emocionados, las inversiones realizadas, la cobertura informativa efectuada, etc., sería, sin duda, su contribución al desarrollo de las personas y de las sociedades.

Si éstas se entregan a cambios cada vez más complejos y vertiginosos, en los que se unen las enormes posibilidades de interconexión entre todos los puntos del planeta junto con el agravamiento de algunas de las injusticias más flagrantes, el deporte no puede permanecer ajeno y deberá integrar junto con el avance de sus disciplinas y métodos la decisiva contribución social en la construcción de un mundo apropiado para la infancia. Y este no puede ser otro que aquel en el que los derechos de la infancia se vean cumplidos en cada niño y en cada niña del planeta. Salud, convivencia y solidaridad, un gran reto para el deporte del siglo XXI.