



MANUAL FUTURE ++

Sport and Social Inclusion: Future for Children ++



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

MANUAL FUTURE ++

Sport and Social Inclusion: Future for Children ++

622533 – EPP – 1 – 2020 – 1 – ES – SPO - SCP



Descargo de responsabilidad:

Este proyecto ha sido cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea. El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye un respaldo de los contenidos, que reflejan únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

Copyright © FTR++ Consortium, 2021-2024

Autoría:

Gonzalo Flores Aguilar (3), Ingrid Hinojosa Alcalde (1), Hande Hofmann (4), Júlia Leonart Garcia (5), Antonio Muñoz Llerena (3), Valentin Nußer (4), Meritxell Ocaña Llanes (5), Aaron Rillo-Albert (2), Pedrona Serra Payeras (1), Judith Solanas Sánchez (1), & Susanna Soler Prat (1)

1. Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC), U. de Barcelona (UB)
2. Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (INEFC), U. de Lleida (UdL)
3. U. de Sevilla (US), Department of Physical Education and Sport
4. TUM, Technical University of Munich, Department of Sport and Health Sciences
5. GEDI, Cooperativa d'iniciativa social

Diseño y edición:

Marina Huete (5)

Socios/as del proyecto FUTURE++:

Barça Foundation (España)
CEIPES, non-profit European organization (Italia)
CRE.THI.DEV., Non for Profit Company (Grecia)
GEDI, Cooperativa d'iniciativa social (España)
INEFC, Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (España)
Municipality of Lousada (Portugal)
NEFINIA, Innovative consultancy company (Países Bajos)
TUM, Technical University of Munich, Department of Sport and Health Sciences (Alemania)

Manual FUTURE ++ Sport and Social Inclusion: Future for Children ++, 2023

Este proyecto ha sido cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea (622533-EPP-1-2020-1-ES-SPO-SCP)

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye un respaldo de los contenidos, que reflejan únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

ISBN #: 978-3-9824084-4-6

ÍNDICE

1. El proyecto Future++

- 1.1. ¿Por qué es necesario un programa de formación de entrenadores/as y directivos/as para la inclusión social?
- 1.2. Partes del manual
- 1.3. Socios/as

2. Antecedentes pedagógicos

- 2.1. El deporte y la actividad física como herramientas para la inclusión social
- 2.2. Programas de educación para entrenadores en materia de inclusión social
- 2.3. Un modelo pedagógico para entrenadores juveniles y directivos de organizaciones deportivas.
- 2.4. Referencias

3. Un programa de entrenadores/as y directivos/as con sede en Europa

- 3.1. Módulo 1: Marco conceptual de una Organización Deportiva Inclusiva
- 3.2. Módulo 2: Estrategias y directrices prácticas
- 3.3. Módulo 3: Comunicación
- 3.4. Módulo 4: Dinámica de grupo en jóvenes deportistas
- 3.5. Módulo 5: Justicia social y pedagogía crítica

4. Herramientas desarrolladas

- 4.1. La plataforma de e-Learning
- 4.2. Red Europea de Entrenadores/as

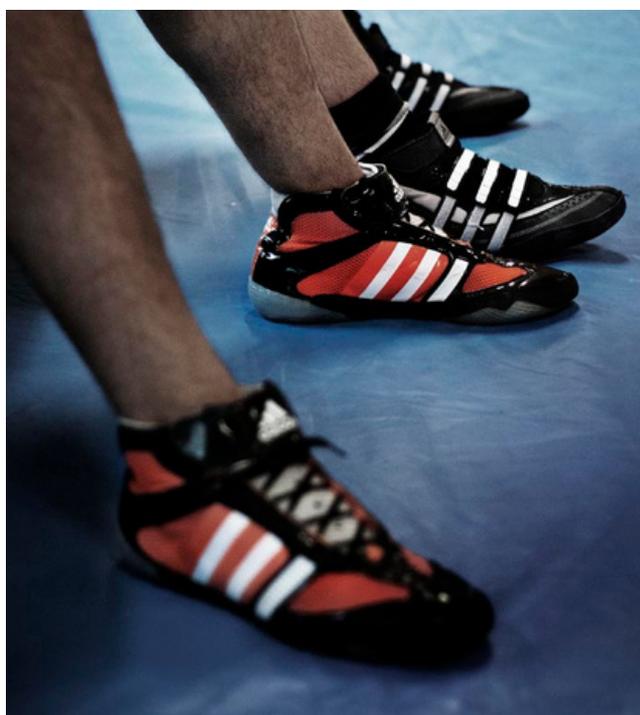
5. Conclusiones

1

EL PROYECTO
FUTURE++

1.1. ¿Por qué es necesario un programa de formación de entrenadores/as y directivos/as para la inclusión social?

¿Qué sucede en la mente de un infante que lucha por sentirse acomodado en nuestra sociedad? ¿Qué sienten al vivir en barrios desfavorecidos? ¿Dónde se quedan atrapados? El proceso de inclusión sigue siendo invisible para nosotros como ciudadanos, pero es vital para construir una sociedad mejor. Para abordar las necesidades de los infantes que tienen dificultades para sentirse incluidos y comprometidos en la sociedad, **a lo largo de los años hemos recurrido al deporte para ayudar a que el proceso de inclusión de los niños sea viable.** Es decir, la práctica deportiva de forma adecuada puede jugar un papel valioso en el desarrollo de los niños y para canalizar la integración social. Para ello es necesario crear las condiciones adecuadas. Un documento para el Consejo de Europa sostenía que:



La cuestión es que el deporte tiene el potencial de mejorar e inhibir el crecimiento personal de un individuo. Varios autores han observado la inutilidad de discutir si el deporte es bueno o malo. El deporte, como la mayoría de las actividades, no es a priori bueno o malo, pero tiene el potencial de producir resultados tanto positivos como negativos. Es necesario plantear con más frecuencia preguntas como “¿qué condiciones son necesarias para que el deporte tenga resultados beneficiosos?”. (Patriksson, 1995, pág. 128)

En esta línea y en el intento de responder qué condiciones son necesarias para que el deporte tenga resultados beneficiosos, surge el proyecto “**Sport and Social Inclusion: Future for Children - FUTURE +**” que recibió financiación de la Unión Europea en el marco del Programa Sports + (590496-EPP-1-2017-1-ES-SPO-SSCP) identificaron que en esta tarea **los entrenadores marcan la diferencia.** Los entrenadores desempeñan un papel importante en la realización de una intervención de inclusión social basada en el deporte. **Sin embargo,** se identificó una brecha importante para tener éxito en esta intervención:

La falta de preparación adecuada de los entrenadores sigue siendo un impedimento crítico para mejorar las prácticas inclusivas.

Además, la investigación desarrollada en el proyecto “**Future++**”, que recibió financiación de la Unión Europea en el marco del Programa Deportes + (622533-EPP-1-2020-1-ES-SPO-SCP) identificó que en esta tarea, **los gestores deportivos también son un actor clave para promover organizaciones deportivas inclusivas.**

Cabe señalar que existe un conocimiento limitado sobre las condiciones y características estructurales de los clubes deportivos que promueven la inclusión social:

Hasta la fecha, la evidencia sobre los procesos mediante los cuales los niños y jóvenes pueden llegar a ser “incluidos socialmente” a través del deporte es limitada, pero hay algunas pistas (ver, por ejemplo, Donnelly y Coakley, 2002). En primer lugar, el acceso es una condición necesaria para la inclusión: si se quiere involucrar al deporte en el proceso de inclusión social, es esencial que los niños y los jóvenes tengan oportunidades de participar; sin acceso, cualquier discusión sobre inclusión social es discutible. En segundo lugar está la cuestión de la agencia: podría decirse que la inclusión no es posible a menos que las instituciones lo permitan, de ahí la importancia de los proyectos que involucran a los jóvenes excluidos en la toma de decisiones (Long et al., 2002). En tercer lugar, un conjunto sustancial de evidencia sugiere que el desarrollo de la competencia física básica, como la que se desarrolla a través de un programa de educación física de calidad, tiene un poderoso efecto sobre la autoestima, la confianza y la aceptación de los pares (Bailey, 2000a), lo cual puede ser necesario. condiciones para la inclusión social. Finalmente, los programas deportivos parecen tener más éxito cuando cuentan con un liderazgo eficaz, preferiblemente local (Coalter et al., 2000) (Bailey, p.79).





Por lo tanto, es bien sabido que un programa de educación física de calidad puede marcar la diferencia en términos de confianza y competencia, lo que a su vez puede ayudar al proceso mediante el cual el deporte facilita la inclusión social. Por lo tanto, este proyecto puede contribuir a proporcionar evidencia sobre cómo los deportes de base promueven la inclusión social mediante la configuración de un programa de entrenadores adecuado capaz de abordar los desafíos de los niños que viven en zonas desfavorecidas.

Lamentablemente, la experiencia indica que los entrenadores y directivos a veces no se sienten preparados para llevar a cabo programas deportivos con niños de zonas desfavorecidas. Esta falta de preparación se ha asociado comúnmente con los siguientes factores: 1) falta de conocimiento (p. ej., falta de materias en los programas de pregrado o tiempo limitado dedicado a la educación física con fines de inclusión social, programas de educación individualizados); 2) falta de habilidades (p. ej., capacidad para manejar conductas, realizar modificaciones de instrucción y evaluar el aprendizaje de los estudiantes). La formación de entrenadores y directivos es una prioridad para mejorar las oportunidades del programa.

Según esto, el **objetivo general** de este proyecto es **promover, desarrollar y compartir un programa europeo de educación para entrenadores y directivos basado en evidencia que podría ayudar a los entrenadores y directivos a fomentar una motivación de calidad y hacer que el deporte no sólo sea atractivo, empoderador y divertido, sino también una herramienta de valor añadido para la inclusión social.**

Esto se logra proponiendo una formación integral y adecuada relacionada con la inclusión que permita a los entrenadores y directivos tener conocimientos y ser hábiles para brindar servicios de calidad a sus alumnos.

1.2. Partes del manual

Este manual es uno de los resultados importantes de los esfuerzos y actividades emprendidos en el proyecto Future++. Ayudar a entrenadores y directivos a promover el deporte como herramienta de inclusión social. Está dirigido a todos los clubes deportivos, asociaciones, federaciones o autoridades públicas responsables del deporte que se toman en serio el tema, utilizando el deporte, especialmente entre los jóvenes, como herramienta para luchar contra la exclusión en el conjunto de la sociedad.

El manual está estructurado en tres partes principales:

- El trasfondo pedagógico
- El programa de entrenadores y directivos con sede en Europa
- Herramientas desarrolladas: la plataforma de e-learning y la red europea para entrenadores

Mientras tanto hay otras intervenciones, esta es la primera vez que un proyecto intenta mejorar los conocimientos y habilidades del coaching y directivos a través de la cooperación europea para promover la inclusión social. En este sentido, este proyecto va más allá de estudios previos que han sido específicos de países individuales para extraer implicaciones para las políticas y la práctica.



1.3. Socios/as



GEDI es una asociación cooperativa sin ánimo de lucro y de iniciativa social, inscrita en el Registro de Cooperativas de Cataluña con el número 4577 desde 1990. Los objetivos sociales de GEDI son acciones socioeducativas, educativas y formativas dirigidas a niños y jóvenes, acciones de dinamización de colectivos de niños y jóvenes a través de cursos, excursiones, campamentos o viajes, talleres y actividades de ocio cultural etc.

The logo for INEFC features the lowercase letters "inefc" in a blue, sans-serif font.



**Generalitat
de Catalunya**

El Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña (INEFC – Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya) es el centro de educación superior creado por la Generalitat de Cataluña en 1976, cuya misión es la formación, especialización y perfeccionamiento de los titulados en educación física y el deporte, y el desarrollo científico y la difusión de sus trabajos o estudios de investigación.



La Universidad Técnica de Munich (TUM) es una de las mejores universidades de Europa. Está comprometido con la excelencia en la investigación y la enseñanza, la educación interdisciplinaria y la promoción activa de jóvenes científicos prometedores. La universidad también forja fuertes vínculos con empresas e instituciones científicas de todo el mundo. La TUM fue una de las primeras universidades de Alemania en ser nombrada Universidad de Excelencia.



La Fundación Barça tiene una misión clara: apoyar a los niños y jóvenes de los colectivos más vulnerables a través del deporte y la educación, con el objetivo de contribuir a una sociedad más igualitaria e inclusiva. Los 3 pilares son: 1) prevención de la violencia, 2) promoción de la inclusión social, 3) acceso y refuerzo de la educación.



NEFINIA, una empresa holandesa de consultoría innovadora, fundada en 2007, que ofrece continuamente una gama cada vez mayor de productos, servicios, soluciones, mejores prácticas, desarrollos de negocios comerciales y promoción del espíritu empresarial para todos con valor agregado. NEFINIA pretende servir como el mejor ejemplo de esfuerzo de desarrollo institucional de abajo hacia arriba hacia la integración de la UE y la competitividad regional, desempeñando un papel clave, contribuyendo en la implementación de los reglamentos y directivas de la UE a través de su participación en redes y proyectos financiados por la UE, a nivel interregional.



CRE.THI.DEV. es una empresa griega sin fines de lucro que promueve activamente proyectos juveniles, culturales y empresariales y la difusión de información sobre temas especializados que promueven la igualdad de oportunidades, la calidad de vida y fortalecen la cohesión social.



CEIPES es una organización europea sin ánimo de lucro con antenas en más de 8 países europeos. El trabajo de CEIPES se inspira en los principios y valores de la paz y la no violencia, la igualdad en la diversidad, los derechos humanos, la democracia y la participación activa, el respeto al medio ambiente, la cooperación, la comunicación, la solidaridad, la inclusión social, el respeto, la tolerancia y la interculturalidad. CEIPES trabaja a nivel local, europeo e internacional con más de 40 organizaciones y organismos públicos que trabajan en sinergia para alcanzar idénticos objetivos.



El Municipio de Lousada es una institución de administración pública local. Su objetivo es perseguir los intereses de la población en el espacio territorial del Ayuntamiento de Lousada. La ciudad se asume como el centro de la región denominada Vale do Sousa ya que está situada en su centro geográfico. Tiene aproximadamente 50.000 habitantes que se distribuyen en las 25 parroquias de Lousada.

2

ANTECEDENTES
PEDAGÓGICOS

2.1. El deporte y la actividad física como herramientas para la inclusión social

¿Qué es la inclusión?

En primer lugar, es importante aclarar el término “inclusión” cuando hablamos de deporte e inclusión, así como los términos que suelen estar vinculados a él, como integración, cohesión social o convivencia social, en contraposición a exclusión, segregación, discriminación o vulnerabilidad. Existen muchas definiciones y prácticas asociadas al término “inclusión”, lo que lo convierte en un concepto multidimensional y complejo con fuertes connotaciones ideológicas. Según la definición más estricta y más utilizada en la sociedad, la inclusión social se produce cuando las personas consideradas excluidas adoptan las normas y estándares de la comunidad u organización en la que se encuentran. Esta comprensión ha sido criticada porque los grupos dominantes podrían representar una amenaza, ya que pueden asumir el control social.

Una definición cada vez más amplia de inclusión la entiende como un proceso colectivo y bidireccional que involucra a todos los ciudadanos. De esta manera, implica el reajuste de todas las partes que desarrollen conjuntamente un nuevo modelo de convivencia. De hecho, no se trata de cambiar, corregir o adaptar la diferencia de la persona, sino de enriquecer con ella a toda la comunidad.



Esto requiere un diálogo en el que todos participen en igualdad de condiciones, así como superar las diferencias existentes entre el grupo hegemónico o mayoritario -que tiene la posición dominante- y el resto. Entonces, la inclusión también se entiende como un proceso integral considerando varios aspectos como el jurídico, económico, político, educativo, social, cultural e ideológico, entre otros. Además, si la interacción entre las partes interesadas se da de manera equitativa y holística, habrá mayores posibilidades de éxito con el proceso de inclusión. El resultado de este proceso sería el desarrollo de una organización (escuela, club, empresa, etc.) y una sociedad inclusiva que se encuentran en un proceso continuo de transformación que garantiza la plena implicación y participación de todos los colectivos en el ámbito social, económico, nivel cultural y político.

Identificando el problema

El Libro Blanco sobre el Deporte desarrollado por la Comisión Europea en 2007 (Comisión Europea, 2007) promueve el desarrollo de medidas para mejorar la inclusión social a través del deporte, utilizando los programas y recursos de la Unión Europea. En este contexto, los organismos políticos reconocen el potencial del deporte como herramienta para fomentar la inclusión social.

El deporte y la actividad física como herramientas para la inclusión social: A pesar del potencial del deporte y la actividad física (AF) para contribuir al proceso de inclusión social, varios enfoques teóricos y estudios empíricos indican que el deporte y la inclusión no ocurren de forma espontánea (Balibrea & Santos, 2011; Maza, 2009). Si bien puede mejorar las condiciones de vida de las personas y reducir los niveles de vulnerabilidad, no puede resolver los problemas estructurales que generan desigualdad, ni las necesidades básicas de los grupos vulnerables (Kelly, 2011). Además, la inclusión social a través del deporte en un contexto de vulnerabilidad social no es un proceso mecánico. El deporte y la AF dirigido a colectivos en riesgo de exclusión social es sin duda una poderosa herramienta de inclusión social, pero como cualquier otra actividad tiene sus límites y sus efectos dependen de cómo se utilice (Balibrea & Santos, 2011; Lecumberri, Puig y Maza, 2009). Por tanto, el papel de los entrenadores deportivos es clave para promover la inclusión social (Van der Veken, Lauwerier, & Willems, 2020). En este contexto, los entrenadores deportivos necesitan cierta orientación y apoyo cuando trabajan con niños de grupos marginados y desfavorecidos (Devis-Devis, 2006; Future+, 2019; Soler Prat, Flores Aguilar y Prat Grau, 2012). Diversos estudios muestran que falta formación de entrenadores deportivos y profesores de Educación Física para abordar las necesidades e intereses de diferentes colectivos desfavorecidos, como mujeres (Serra et al., 2016), inmigrantes, personas de bajo nivel socioeconómico (Soler, 2004), refugiados (Cseplö, Wagnsson, Luguetti, & Spaaij, 2021; Duran, 2018), o reclusos (Soler et al., 2020).

Niños/as con un Nivel Socioeconómico bajo y Deporte

Está bien establecido que la AF tiene un efecto beneficioso sobre la salud general durante toda su vida (Hallal, Victora, Azevedo y Wells, 2006). En este contexto, debemos distinguir entre AF general y participación en el deporte. El primero describe la AF que se produce a lo largo de la vida diaria (por ejemplo, el juego, los medios de transporte, el trabajo doméstico), mientras que el segundo aborda la participación en deportes organizados en la escuela o en los clubs. En la literatura pediátrica, la AF a menudo incluye todas las formas de actividad, que representa un nivel global de AF, pero no distingue entre distintos dominios de actividad. Sin embargo, esta diferenciación resulta relevante cuando se habla de la inclusión social de los niños de familias y barrios desfavorecidos. Una extensa revisión de la literatura científica sobre el tema ha demostrado que no existe una asociación significativa entre el Nivel Socioeconómico y el AF global (Henchoz et al., 2018), lo que significa que el nivel de AF de los niños es independiente de su Nivel Socioeconómico (NSE). Por supuesto, esto no implica que las intervenciones para conseguir que los niños con Nivel Socioeconómico bajo participen en deportes sean esfuerzos desaprovechados. Todo lo contrario es el caso, puesto que la AF y la participación en el deporte es importante para el desarrollo de cualquier niño. Se debería alentar a los niños a participar en deportes organizados, porque la investigación ha demostrado una asociación entre la participación deportiva y la calidad de vida relacionada con la salud de los niños, independientemente del Nivel Socioeconómico (Moeijes et al., 2019).

Además, los resultados sugieren que la participación deportiva durante la juventud puede promover hábitos saludables más adelante en la vida (Howie, McVeigh, Smith y Straker, 2016; Palomäki et al., 2018). Los que realizan deporte durante la infancia y la juventud tienden a fumar y beber menos, llevar una alimentación más saludable y/o ser más activos físicamente durante la edad adulta. Desde una perspectiva preventiva ya largo plazo, esto subraya la importancia del papel del deporte organizado para los niños.

Además de los efectos beneficiosos de la AF general y la participación deportiva sobre la salud física en niños y adolescentes, la evidencia científica también muestra un beneficio de la AF sobre la salud mental, especialmente durante la adolescencia (Rodríguez-Ayllon et al., 2019). Más específicamente, con frecuencia se observa una relación inversa entre el nivel de AF y la enfermedad mental, así como entre el comportamiento sedentario y la satisfacción con la vida y la felicidad. Y de nuevo, el tipo de AF (por ejemplo, la participación deportiva o el juego/desplazamiento al aire libre) tiene asociaciones diferenciales con la salud mental. La participación deportiva, especialmente durante la adolescencia, en deportes de equipo sin implicaciones estéticas -pero no la AF global- parece estar asociada más fuertemente con el bienestar mental (Brunet et al., 2013).

Desgraciadamente, la evidencia científica en niños más pequeños (por ejemplo, niños en edad preescolar y niños de primaria) es bastante limitada.

Sin embargo, la importancia de la participación en el deporte organizado se vuelve a manifestar y hace suponer que otros factores, además del mero ejercicio físico, como la interacción social con los compañeros, la experiencia de responsabilidad, la resiliencia y la autoestima, pueden tener un rol mediador. De hecho, existe un vínculo entre el yo percibido de un individuo y la salud mental (por ejemplo, la autoestima) (Lubans et al., 2016) y se ha sugerido que aumentar la autoestima de los niños con Nivel Socioeconómico bajo debería ser un objetivo tanto como proporcionarles acceso a los deportes en primer lugar (Veselska, Madarasova Geckova, Reijneveld y van Dijk, 2011). Además de estos factores mediadores, el inicio del sueño, la duración y la eficiencia pueden ser factores de comportamiento que tienen el potencial de explicar el efecto de la AF sobre la salud mental. Sin embargo, no se pueden extraer conclusiones sólidas y definitivas sobre la base de la evidencia científica actual.

En resumen, niños y niñas pueden beneficiarse enormemente de la participación deportiva, tanto durante su educación como más tarde durante la edad adulta. Tal y como sugiere la evidencia, el Nivel Socioeconómico no influye en la eficacia, pero los niños con Nivel Socioeconómico bajo podrían tener mayores dificultades para encontrar acceso a los deportes organizados en primer lugar. Esto puede deberse a ciertas barreras de naturaleza personal (por ejemplo, malas experiencias, desaprobación de los compañeros, autoconciencia, competencia) o de naturaleza práctica (por ejemplo, coste, tiempo y ubicación). Además, los niños que viven en condiciones de Nivel Socioeconómico bajo a menudo se encuentran socialmente aislados y carecen de servicios de salud adecuados ni comportamientos alimentarios (Buonomo et al., 2019).

Por tanto, parece plausible ofrecer a los niños con Nivel Socioeconómico bajo acceso a ofertas deportivas organizadas como primer paso. En segundo lugar, una vez establecido el compromiso inicial, debería fomentarse la participación a largo plazo y un fuerte compromiso (Eime, Charity, Harvey y Payne, 2015). En tercer lugar, para asegurarse de que la participación en deportes no sólo conduzca a un alivio de los síntomas, los niños deberían tener la oportunidad de adquirir conocimientos sobre temas relacionados con la salud fuera del ejercicio (por ejemplo, la nutrición), por contrarrestar la desnutrición, por ejemplo.

Entrenadores/as, clubes deportivos e inclusión social.

La educación en justicia social reconoce la discrepancia de oportunidades entre los grupos desfavorecidos de la sociedad. Según Knijnik y Luguetti (2020), la educación sobre justicia social y pedagogía crítica en la Formación de Profesores de Educación Física (FPEF) permite a los futuros profesores y entrenadores crear un sentido de agencia social y propósito comunitario en su enseñanza o entrenamiento. Fomentar este sentido de agencia social y comunidad ayuda a posicionarlos con mayor certeza al enfrentar los obstáculos políticos y profesionales inherentes a sus carreras.

Formar profesionales de la EF y del deporte no se trata simplemente de adquirir nuevos conocimientos o recursos, sino que se trata sobre todo de fomentar un cambio de actitudes, creencias, percepciones, etc. que influyen en ellos en el día a día. De hecho, el papel del entrenador es mucho más complejo de lo que parece a primera vista. En una declaración de consenso del Comité Olímpico Internacional (COI) publicada en 2015, los autores describieron el papel del entrenador como una combinación única de competencias y conocimientos, que combina la competencia pedagógica con la capacidad de enseñar habilidades específicas del deporte, así como conocimientos en fisiología pediátrica. como la capacidad de crear y mantener relaciones con los demás (Bergeron et al., 2015). Como propuso Freire (2005) desde su teoría de la pedagogía crítica, se trata de dotar a los futuros educadores y entrenadores de herramientas políticas para que puedan enfrentar los desafíos de la sociedad actual y construir un mundo mejor para las próximas generaciones (Knijnik & Luguetti, 2020). Además, para ofrecer una formación verdaderamente útil y transformadora a entrenadores y educadores, no se trata sólo de recopilar y describir actividades. Más bien, se trata de desafiar a los profesores y formadores de educación física a "descubrir, abordar y cambiar sus propios prejuicios, contradicciones y desinformación personales, así como a identificar y modificar prácticas educativas que no desafíen el racismo y otras discriminaciones o prejuicios institucionales" (Sabariego, 2002, pág.188). Dentro de este paradigma, se considera que un maestro o entrenador es un profesional reflexivo que reconoce los mecanismos de control social, el poder de las estructuras y las instituciones sociales, y es capaz de desarrollar habilidades para la acción social. Por tanto, la formación de profesores de Educación Física y profesionales del deporte para la acción social debe ser tanto teórica como práctica. De esta manera, adquirirán los recursos necesarios para adaptar sus prácticas docentes y pedagógicas a la diversidad de estudiantes centrándose en el aprendizaje cooperativo. En el campo específico del PETE y la educación de entrenadores, ha surgido una oleada de investigaciones que han examinado las prácticas docentes de los programas PETE relacionados con la justicia social y la pedagogía crítica (Carter, López-Pastor y Fuentes, 2017; Marques, Sousa y Cruz , 2013; Ovens et al., 2018; Philpot, 2016; Schenker et al., 2019; Soler, 2004; Walton-Fisette & Sutherland, 2018), que sirven como referencias clave para el proyecto Future++.

En la práctica, los entrenadores de deportes juveniles trabajan principalmente dentro de un club deportivo donde son responsables del desarrollo de los atletas jóvenes a través del entrenamiento y la competencia. Son las principales personas de contacto para los atletas dentro de un club deportivo con el objetivo de cultivar la competencia, la confianza, la conexión y el carácter de sus atletas. Investigaciones anteriores han examinado la relación entrenador-atleta y han demostrado que el apoyo percibido del entrenador y la autoestima de los atletas están significativamente asociados con su bienestar subjetivo (Peng, Zhang, Zhao, Fang y Shao, 2020). También sabemos que la autoestima es un mediador de resultados positivos a través de la participación deportiva. Por tanto, es fundamental mantener la motivación y la confianza en sí mismos de los deportistas para poder obtener los resultados deseados. Investigaciones recientes también han explorado la conexión entre la alfabetización física en niños y adolescentes y la eficacia del entrenamiento, mostrando asociaciones significativas entre los parámetros (Li et al., 2019). El concepto de alfabetización física combina varios dominios relacionados con el ejercicio y la AF y no se limita a mejorar las habilidades físicas, sino que también incorpora elementos cognitivos y afectivos, que a su vez desarrollan la competencia física. Por supuesto, la alfabetización física se aplica a todos los niños, independientemente de su nivel socioeconómico, y es necesario abordar las barreras a la participación centradas en la persona, que cualquier niño podría tener. Sin embargo, es importante reconocer que el acceso a los deportes puede ser más difícil dependiendo del NSE y, como se explica en la Sección 2, las barreras más impactantes que enfrentan los niños con un NSE bajo son el tiempo, el coste y la ubicación (Somerset & Hoare, 2018). , ver Figura 1).

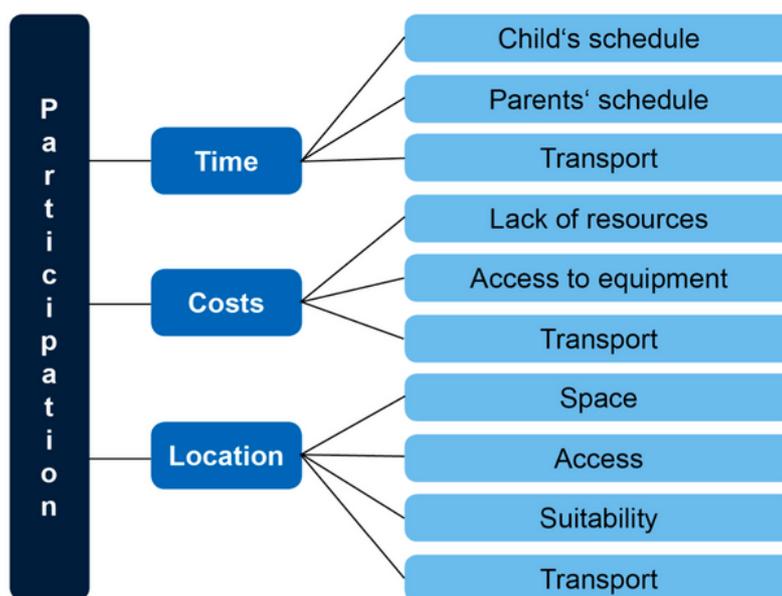


Figura 1: Barreras prácticas para la participación en el deporte de los niños (Figura de la publicación de Somerset y Hoare (2018))

Los niños/as pueden desear participar en deportes, pero no pueden hacerlo debido a sus propios horarios o los de sus padres (incluido el horario laboral), la falta de recursos o la ubicación de la oferta deportiva. A diferencia de las barreras personales, el entrenador difícilmente puede abordar estas barreras prácticas. En cambio, aquí es donde el club deportivo puede hacer un esfuerzo para facilitar el acceso de los niños de bajo nivel socioeconómico abordando estas barreras específicamente. Un ejemplo descrito en un artículo de revista describe la provisión de acceso gratuito a piscinas locales para niños que viven en una autoridad local desfavorecida en Inglaterra (Higgerson, Halliday, Ortiz-Nunez y Barr, 2019).

En comparación con una autoridad local igualmente desfavorecida que no proporcionó acceso gratuito a piscinas durante el mismo período de tiempo, los autores pudieron mostrar una mayor tasa de participación en actividades de natación. En este caso específico, el acceso gratuito a las piscinas fue posible gracias a la financiación de la autoridad local, aunque no es necesariamente una estrategia sostenible a largo plazo que puedan o deban ser empleadas por todos los clubes deportivos. Sin embargo, sí muestra que las estrategias de fijación de precios pueden conducir a una mayor participación en los deportes organizados.

Las estrategias alternativas podrían incluir tarifas subsidiadas, tarifas graduales después de un período de prueba gratuito, agregar una categoría de tarifas bajas o esquemas de préstamos para equipos/uniformes. En cuanto al transporte, posibles estrategias para aumentar la participación de los niños desfavorecidos podrían incluir la provisión de transporte en automóvil por parte de voluntarios, el uso de autobuses comunitarios o la ubicación de actividades cerca del transporte público (Smith, Thomas y Batras, 2016).

Las estrategias enumeradas anteriormente dependen en gran medida del contexto específico y es posible que deban revisarse y adaptarse en consecuencia. Por lo tanto, tiene sentido considerar otras estrategias alternativas, analizar el grupo de interés y las circunstancias locales, y cooperar con las escuelas y autoridades locales.

Pronóstico

Los niños pueden beneficiarse enormemente de la actividad física, especialmente en un contexto organizado. Para abordar la desigualdad entre los niños, este asunto debería ser motivo de preocupación para los responsables políticos, las autoridades locales, los padres, las escuelas y los clubes deportivos por igual. Los niños desfavorecidos a menudo enfrentan barreras que los excluyen de la participación en deportes. Los clubes y/o las autoridades locales deben abordar las barreras prácticas (por ejemplo, tiempo, costo y transporte) para brindar a los niños acceso a los deportes organizados. Una vez que se establece el acceso y la participación, el cuerpo técnico debe abordar las barreras personales (por ejemplo, autoestima, capacidad atlética, desaprobación de los compañeros) para garantizar una participación sostenida y aumentar la probabilidad de su impacto beneficioso en los niños. Como parte de un programa educativo, es lógico considerar y abordar todas las barreras que los niños y todos los involucrados en los deportes organizados podrían enfrentar, incluyendo al club deportivo y a los entrenadores.

En este contexto, los entrenadores deben reconocer las condiciones estructurales y sociales que influyen en la participación en la AF y los deportes de los niños, y necesitan habilidades para la acción social. Por tanto, la formación de profesores de Educación Física y profesionales del deporte para la acción social debe ser tanto teórica como práctica.



2.2. Programas de educación para entrenadores en materia de inclusión social

De la teoría a la práctica

El papel de un entrenador en los deportes juveniles es extremadamente complejo (Bergeron et al., 2015), sobre todo porque los niños aún se encuentran en un gran desarrollo, tanto física como personalmente. Por un lado, esto requiere un conocimiento profundo de la fisiología humana, especialmente de los niños durante su desarrollo. Además, los niños de la misma edad varían en su estado de desarrollo, lo que también puede requerir una consideración adicional. Además de la conciencia fisiológica, también se requiere una alta competencia pedagógica, ya que los entrenadores también son responsables, al menos hasta cierto punto, del desarrollo de la confianza, la conexión y el carácter de los niños. En un escenario ideal, el entrenador esencialmente crea situaciones y experiencias para los niños, de las cuales pueden crecer y aprender. Sin embargo, debemos reconocer que, en la práctica, la participación en deportes ha tenido consecuencias físicas y psicológicas nocivas en los niños a través de conductas autoritarias y abusivas, tratos irrespetuosos y burlas, sobreentrenamiento y exigencias físicas excesivas, abuso físico y emocional, y/o abusos graves y sostenidos. agresión y abuso sexual (Alexander, Stafford y Lewis, 2011). Si bien condenamos firmemente el abuso de poder para maltratar y abusar de los niños, creemos en el impacto positivo potencial que el deporte organizado puede tener en las vidas de los niños y enfatizamos la importancia del papel del entrenador.

Como se estableció anteriormente (entregable 2.1 de Future++), el deporte y la inclusión no ocurren de manera espontánea, y sus efectos dependen en gran medida de su implementación (Balibrea & Santos, 2011; Lecumberri, Puig, & Maza, 2009). Por lo tanto, la inclusión intencional de niños de hogares de bajo nivel socioeconómico requiere capacitación de entrenadores, adaptación de los procesos existentes e inversión de recursos. En los siguientes párrafos describimos, sobre la base de algunos ejemplos, cómo se presenta el tema de la inclusión a entrenadores, atletas, ejecutivos, profesores de educación física y otras partes interesadas. También pretendemos examinar la estructura de dichos programas de educación superior, con el fin de sacar conclusiones sobre cómo diseñar un programa que aborde específicamente la inclusión de niños de bajo nivel socioeconómico.

Situación actual en Europa

¿Qué pasa si ciertas barreras dentro de las estructuras de los deportes organizados impiden que los niños desfavorecidos se beneficien del impacto positivo que el deporte puede tener en sus vidas? El diseño deportivo inclusivo en Australia aborda específicamente esta cuestión proporcionando a las organizaciones deportivas estrategias para ser más inclusivas (Woods, 2021). Esto se logra proporcionando recursos, asesoramiento y programas educativos a todas las partes interesadas, fieles a la misión de hacer que el deporte sea accesible para todos.

Hemos llevado a cabo una investigación de socios que involucra a todos los contribuyentes del proyecto, con el fin de seleccionar Italia, España, Grecia, Portugal y Alemania para programas educativos similares y brindar una descripción general de lo que está disponible actualmente en Europa. El objetivo general era comprobar si faltan oportunidades educativas para los entrenadores y otras partes interesadas en relación con la inclusión social de los niños desfavorecidos. En los párrafos siguientes, se analizan las ofertas educativas existentes teniendo en cuenta varias subcategorías (grupo objetivo, organización, modalidad y duración, precio).

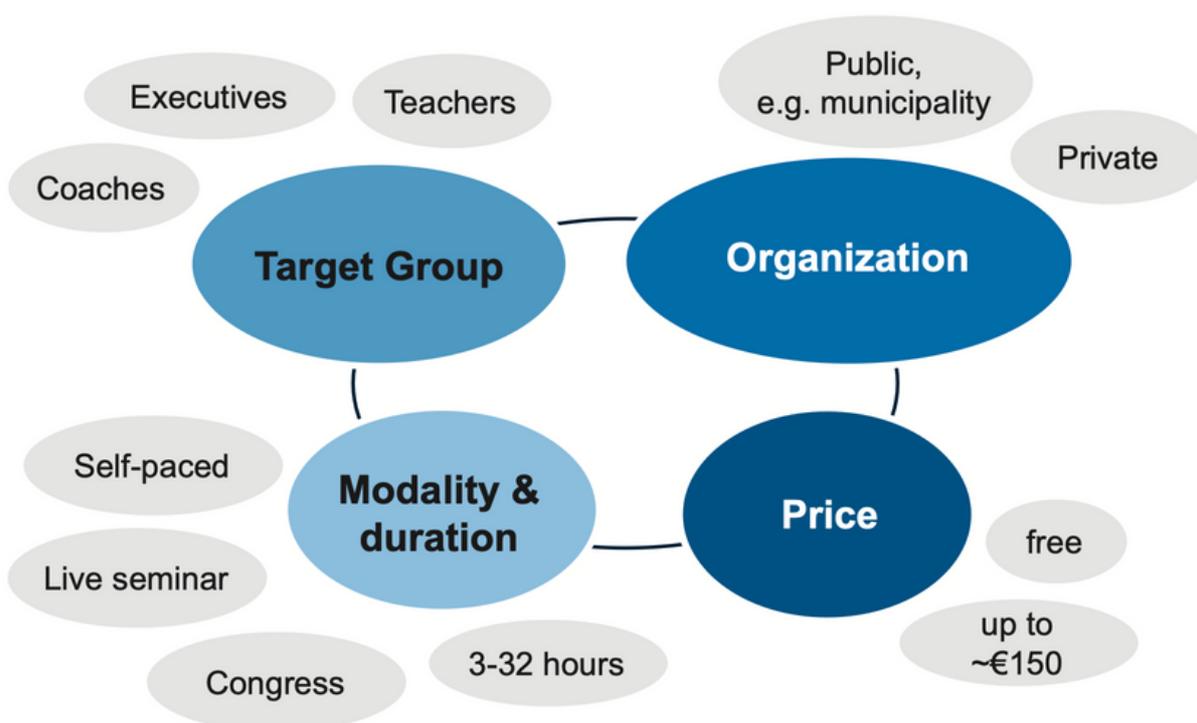


Figura 2: Subcategorías de programas de educación superior en toda Europa

Grupo objetivo: Los programas de toda Europa se dirigen a una multitud de partes interesadas. Los entrenadores son el principal grupo objetivo, que en la mayoría de los casos también se extiende a profesores y estudiantes. El Consejo Nacional de Asociaciones de Profesionales de la Educación Física y el Deporte de Portugal (CNAPEF) se dirige específicamente a los entrenadores juveniles y profesores de educación física con el fin de educarlos sobre la inclusión social (CNAPEF, 2021). En este caso concreto, la inclusión social de los niños en el deporte se discute de forma global, independientemente del tipo de deporte o disciplina. Otras ofertas están diseñadas para entrenadores de determinados deportes, como el programa de formación continua sobre práctica deportiva inclusiva y diversa desarrollado por la Federación Alemana de Judo (DJB, 2021). Ambas ofertas tienen como objetivo aumentar la inclusión, ya sea que se centre específicamente en un deporte en particular (por ejemplo, la federación alemana de judo) o si se puede extrapolar a través de disciplinas a todos los deportes en general (por ejemplo, CNAPEF). Por supuesto, el grupo objetivo tendrá implicaciones en el contenido del programa educativo, aunque también puede ser predefinido por el propio organizador (por ejemplo, una federación deportiva).

Organización: Son varios los actores que muestran interés en la inclusión de los niños en el deporte organizado. En primer lugar, como lo demuestra el resultado de la investigación de nuestros socios, el sector público ofrece la mayoría de las ofertas: a los niños, los padres, los profesores, los entrenadores y otras partes. Los municipios ofrecen programas educativos y deportivos a entrenadores y niños, respectivamente, para aumentar la inclusión de los niños de origen romaní o refugiados, los niños con discapacidad y los niños de familias de nivel socioeconómico bajo.

Modalidad y duración: los programas educativos más recientes tienden a realizarse en línea debido a la pandemia global. La dependencia en línea se produce con mayor frecuencia cuando la atención se centra principalmente en compartir información en lugar de enseñar habilidades (por ejemplo, la inclusión de personas con discapacidad). La duración de los diferentes programas osciló entre 3 y 35 horas, dependiendo de la extensión del contenido y del marco en el que se discute el tema de la inclusión. Las presentaciones independientes, por ejemplo, pueden requerir menos tiempo que un programa de licencia de entrenador. CNAPEF, por ejemplo, creó una presentación en línea de tres partes con contribuciones de diferentes ponentes que duraron una hora cada una. Por el contrario, también existen programas de maestría, como el programa sobre deportes e intervenciones psicosociales de la Università Cattolica del Sacro Cuore de Milán, Italia, que tiene una duración de 15 meses (60 créditos) o el Máster en actividad física y educación de Universidad de Barcelona (60 ECTS), ambos cubren una amplia gama de temas, incluida la inclusión social.

Precio: El precio también difiere enormemente entre las ofertas. La mayoría de los organizadores públicos, sin embargo, siguen una estrategia de precios bajos (entre 3 y 40 euros) o no cobran nada, ya que no persiguen ningún objetivo económico. Esto también puede aumentar las tasas de participación, considerando que los entrenadores juveniles a menudo participan voluntariamente en el entrenamiento y otras actividades de los clubes deportivos. Por otro lado, menos barreras para los futuros socios del club y una entrada más fácil también pueden aumentar el número de socios y los ingresos del club a largo plazo. Esto, a su vez, solo beneficiará al club y a sus miembros al mejorar la salud y el bienestar de la comunidad y esta es también la razón detrás de que las organizaciones privadas brinden ayuda a las organizaciones deportivas, como Inclusive Sport Design (Woods, 2021) o CONI.

Implicaciones para un futuro programa educativo

Nuestra investigación a escala europea ha demostrado que existen muchas iniciativas comprometidas con la promoción de la inclusión social de niños, subgrupos sociales (por ejemplo, refugiados o romaníes), familias desfavorecidas y/o personas con discapacidades físicas o mentales. La investigación específica para programas de educación superior para entrenadores que aborden el tema de la inclusión social de niños de bajo nivel socioeconómico no ha arrojado resultados satisfactorios.

El contenido de los programas educativos abarca la motivación (BizPoint, Lda), el desarrollo psicomotor, el envejecimiento, el movimiento scout, la inclusión social de niños con y sin discapacidad, el bullying y el deporte como herramienta general de inclusión social. Esta amplia gama de temas recoge muchos aspectos que afectan a la inclusión y se dirige a una multitud de partes interesadas. Sin embargo, la inclusión social de los niños de bajo nivel socioeconómico solo se tematiza en algunos ejemplos: CNAPEF organizó un programa educativo que se desarrolló en el marco de un proyecto Erasmus+, con el objetivo de promover buenas prácticas en la inclusión social de niños y jóvenes en y a través del deporte. Si bien este curso está dirigido específicamente a entrenadores, profesores de educación física y fisioterapeutas, la escuela deportiva "Sport e Salute" de Roma, Italia, ofrece un programa especialmente dirigido a ejecutivos, directores deportivos, funcionarios públicos y estudiantes para discutir la gestión y las estructuras organizativas de diversos deportes. realidades. Estos diferentes enfoques y grupos objetivo muestran que hay varias partes interesadas que pueden beneficiarse de una mayor inclusión en los deportes organizados y, especialmente, de la inclusión de niños de familias menos privilegiadas. Los beneficios potenciales incluyen un mayor número de socios inscritos en clubes deportivos, lo que a su vez puede generar mayores ingresos, luego de una inversión inicial de recursos. Además, sabemos que la participación en deportes organizados impacta positivamente en la salud física y mental de niños y adolescentes. Por lo tanto, una mayor participación en deportes organizados puede conducir a una mayor salud y calidad de vida de los niños y sus familias, así como a un fortalecimiento de la comunidad (Pate et al., 1995).

A pesar del impacto positivo que una mayor inclusión puede tener en los niños, los adolescentes, sus familias y la comunidad en general, volverse más inclusivo plantea varios desafíos para los entrenadores y clubes deportivos. En primer lugar, será necesaria una inversión inicial de recursos por multitud de razones, que incluyen, entre otras, proporcionar a los niños el equipo necesario, ofrecer tarifas de entrada reducidas o proporcionar medios de transporte adicionales al lugar. Además, se requieren conocimientos y competencias adicionales. Es posible que los entrenadores tengan que aumentar su competencia pedagógica para trabajar en las barreras personales de los niños (ver figura 2).

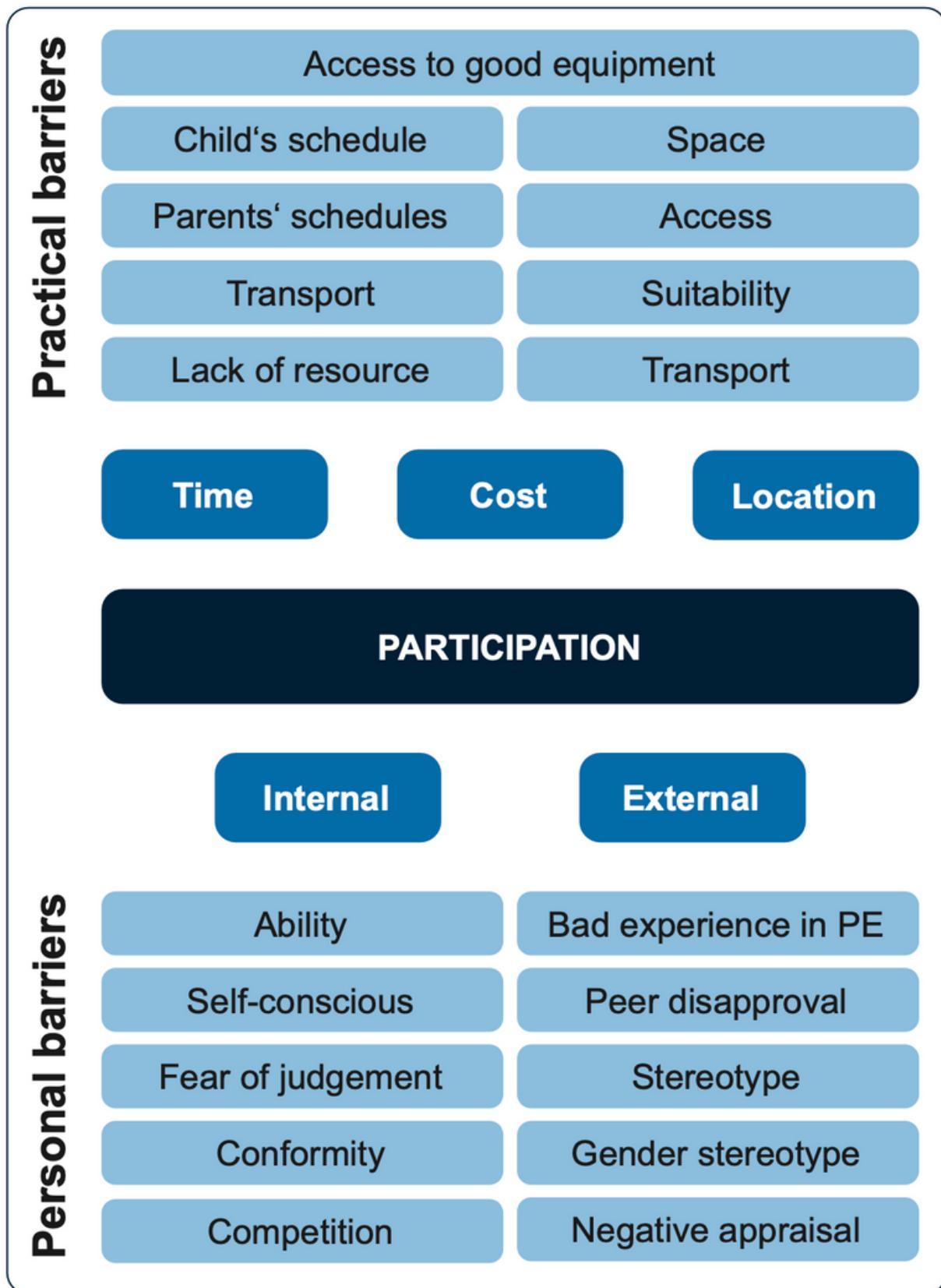


Figura 3: Barreras personales y prácticas de participación en deportes organizados (Figura adaptada de la publicación de Somerset y Hoare (2018)).

Apéndice

Name (incl. web-link)	Organization	Country	Language	Duration	Modality	Price	Target Group	Prior training
Social inclusion through sport	CNAPEF	Portugal	Portuguese	3 hours	online	€3/€6	PE-Teachers, coaches & Sports students	no
Different courses on sports related topics	Cidade Social	Portugal	Portuguese	11 weeks / 5 credits	online	free for residents / €25	General population	no
Motivation for success	BizPoint, Lda	Portugal	Portuguese	5 hours	online	€35	Coaches, athletes, PE-Teachers, TD's	no
Psychomotricity: Encouragement of child-parent sports	Municipality of Lousada	Portugal	Portuguese	4 hours	online	free	Parents and their children (3-6 years)	no
Sports and ageing	BizPoint, Lda	Portugal	Portuguese	9 hours	online	€40	Coaches, athletes, Physical therapists, TD's	yes
Scouting	BizPoint, Lda	Portugal	Portuguese	32 hours	online	€25 per module / €150	Everyone interested	no
Sports games with distance	Fundació Barça	Spain	English, Catalan	--	online	free	Everyone interested	no
FutbolNet Diversity	Fundació Barça	Spain	English, Catalan	--	face-to-face	free	Coaches	no
Prevention of Bullying in Sport	Fundació Barça	Spain	Catalan	--	face-to-face	free	Coaches	no
Physical Activity and Education	University of Barcelona	Spain	Spanish	360 hours/ 60 ECTS	face-to-face	€1660	Social ed students or workers, PE teachers	University degree
Sport, education and coexistence	University of Vasque Country	Spain	Spanish	200 hours/ 20 ECTS	mixed	€600	PE teachers, sport coaches, sport managers	Univ. degree or trainer licence
Educational leisure and socio-cultural action	Fundación Pere Tarrés	Spain	Spanish	90 hours	online	€1875	Social ed students or workers, PE teachers	University degree
Basket Beat workshops	Basket Beat	Spain	Catalan/ Spanish	20 hours	face-to-face	--	Social ed students or workers, PE teachers	no
INSERsport	UFEC	Spain	Catalan	--	face-to-face	free	Adolescents at risk of social exclusion	no
Programes esportius d'integració social	Esportsalus	Spain	Catalan/ Spanish	--	--	--	City councils, managers and coaches	no
Modelo ISSOK	ISSOK Institute	Spain	Spanish	8 hours	online	€80/110/50	Coaches, PE teachers	no
Football for Roma kids	Municipality	Greece	Greek	--	face-to-face	free	Everyone interested	no
Inclusion of refugees	Ministry of culture and sport	Greece	Greek	--	face-to-face	free	Refugees	no
Fit for all	Heraklion municipality, Crete	Greece	Greek	--	face-to-face	free	Everyone interested	no
Sport and psychosocial interventions	UCSC, Milano	Italy	Italian	15 months/ 60 credits	both	€5.000	Master graduates of related disciplines	Master's degree
Sport as a tool for social inclusion	CONI	Italy	Italian	8 hours	online	€100	Executives, sports managers	no
Further education for coaches - Inclusion	DJB	Germany	German	8 hours	face-to-face	€55	Judo coaches	Valid trainer license
ISD Academy courses	Inclusive Sport Design	Australia	English	--	online	\$0 - \$249	Sports clubs, executives and sports managers	no

Tabla 1: Extracto de programas de educación superior que abordan la inclusión social ofrecidos en Portugal, España, Grecia, Italia y Alemania.

2.3. Un modelo pedagógico para entrenadores/as juveniles y directivos/as de organizaciones deportivas

Teoría y antecedentes

Como muestra la investigación de socios presentada en D2.2, los programas de educación de entrenadores que se centran en la inclusión social de niños de nivel socioeconómico bajo (NSE) son escasos, pero existen en diferentes formas y formatos. Los programas existentes en toda Europa se ofrecen en línea, presencial o en formato de aprendizaje combinado. Especialmente los programas educativos más recientes han cambiado a un formato en línea, cuando corresponde. La oferta educativa también muestra una gran variabilidad en su duración y en el alcance de su contenido. Aquí podemos distinguir entre programas independientes con fines de educación superior y programas educativos de mayor escala, como programas de grado universitario, discutiendo el tema de la inclusión social con mucha más profundidad y detalle. Un marco más amplio de dicha oferta educativa conlleva, por supuesto, mayores costos de tiempo y financieros.

Para los entrenadores juveniles, así como para las personas involucradas en organizaciones deportivas (también denominadas gerentes), parece mucho más factible recibir educación adicional para mejorar su competencia a través de un programa educativo independiente que se centre específicamente en la inclusión social de los niños de bajo nivel socioeconómico. Se supone que los bajos costos financieros y los contenidos específicamente diseñados para mantener el consumo de tiempo al mínimo son clave para el desarrollo del programa educativo. Por ello, sugerimos un formato semipresencial que combine la docencia online y presencial, lo que facilitará el acceso a la información y la implementación de dicho programa.

Como se presenta en D2.1 y D2.2, las barreras prácticas y personales que impiden que los niños de bajo nivel socioeconómico participen en deportes organizados pueden ser contrarrestadas mejor tanto por los entrenadores como por los directivos. Por lo tanto, parece plausible ofrecer temas que aborden ambos grupos objetivo y ambas áreas de preocupación (ver Figura 4).

Target Groups

El programa propuesto está dirigido a todos los involucrados en los deportes juveniles organizados. Como se mencionó anteriormente, los principales grupos objetivo son los entrenadores juveniles y los directores de organizaciones deportivas. Además, esta oferta también puede estar abierta a cualquier otra persona involucrada en el deporte juvenil, como profesores de educación física, fisioterapeutas que trabajen con niños o grupos de niños, o consejeros juveniles.



Figura 4: Visualización de temas a discutir como aporte teórico. Los grupos de temas se dirigen principalmente a entrenadores juveniles o gerentes dentro de la organización deportiva.

Implementación

En la Figura 5 presentamos un borrador ejemplar de un programa educativo en formato de aprendizaje combinado. La oferta consta de tres sesiones de cuatro horas de formación cada una. La primera sesión es una formación online con diferentes temas, cuyo enfoque puede variar según el público al que se dirija (entrenadores o directivos). La segunda sesión implica un ejercicio que debe ser completado por cada individuo. Este ejercicio es específico de la participación del individuo dentro de la organización deportiva y puede incluir, por ejemplo, el análisis de oportunidades para una mayor inclusión en un determinado entorno (para directivos) o la preparación de una intervención formativa (para entrenadores). En la tercera sesión, los resultados de los ejercicios se discutirán y se implementarán en un entorno real.

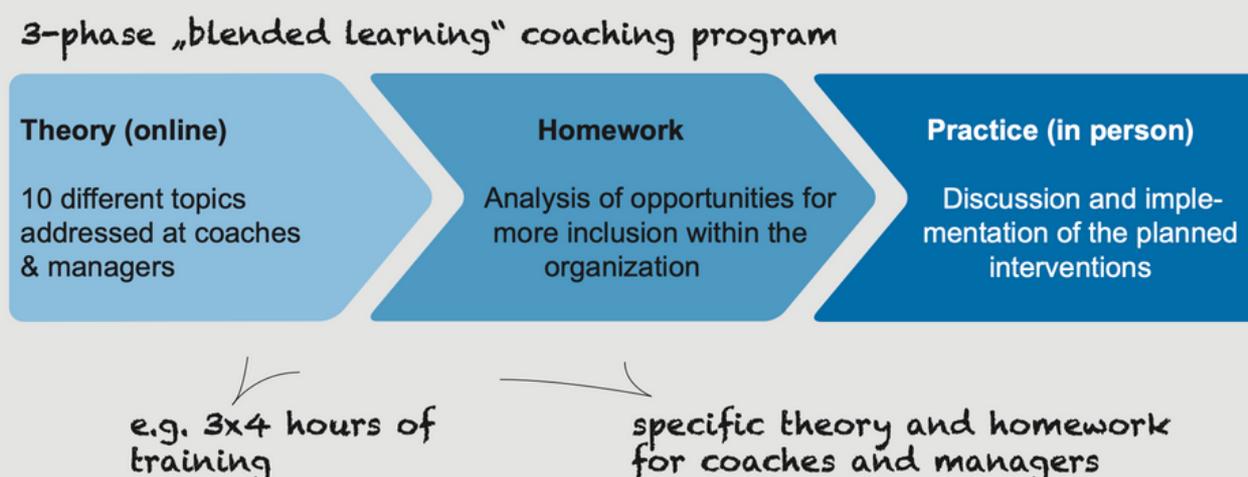


Figura 5: Cronología de un programa educativo de aprendizaje combinado ejemplar para entrenadores y gerentes de organizaciones deportivas que incluye tres etapas: 1. Aportes teóricos a través de capacitación en línea, 2. Tareas distinguidas para entrenadores y gerentes, respectivamente, y 3. Una sesión de práctica para implementar y discutir la tarea.

Estructura modular

En la Figura 6 presentamos la estructura modular del programa educativo. Los temas presentados en la Figura 1 (como en D2.3) se han combinado en cinco módulos separados, que deben verse como un conjunto de temas. Los destinatarios son entrenadores, gerentes o ambos, como lo indican las flechas en la Figura 6. La conceptualización de un marco inclusivo para la respectiva organización deportiva (por ejemplo, club deportivo) incluirá contenidos dirigidos principalmente a quienes trabajan en la gestión del club o de la organización.

A este primer módulo le puede seguir el siguiente módulo sobre "estrategias y directrices prácticas", que introduce instrucciones concretas para la acción (por ejemplo, modelos de precios para la admisión y membresía de clubes). Además, el módulo incluye contenido para ayudar a establecer y manifestar cambios hacia una estructura más inclusiva (es decir, redactar una declaración de compromiso de inclusión y planificación de procesos).

El módulo de comunicación está dirigido igualmente a directivos y entrenadores, con el fin de enfatizar la importancia de la comunicación y establecer el papel de cada parte dentro de la organización inclusiva. La conciencia de las barreras que enfrentan los niños de bajo nivel socioeconómico y sus familias es un punto de partida importante. El contenido puede abarcar desde el inicio del contacto hasta la relación entrenador-atleta y su importancia para el bienestar de los jóvenes deportistas. A partir de eso, los entrenadores aprenderán más sobre la asociación entre el estatus socioeconómico y la dinámica de grupo en niños y adolescentes. Instrucciones específicas de actuación así como ejemplos de buenas prácticas en materia de cohesión grupal.

Finalmente, la pedagogía crítica y la justicia social en el deporte servirán como temas integrales dentro del programa educativo. Los ejemplos de mejores prácticas complementarán la aportación teórica y pondrán énfasis en el trabajo práctico de los formadores.

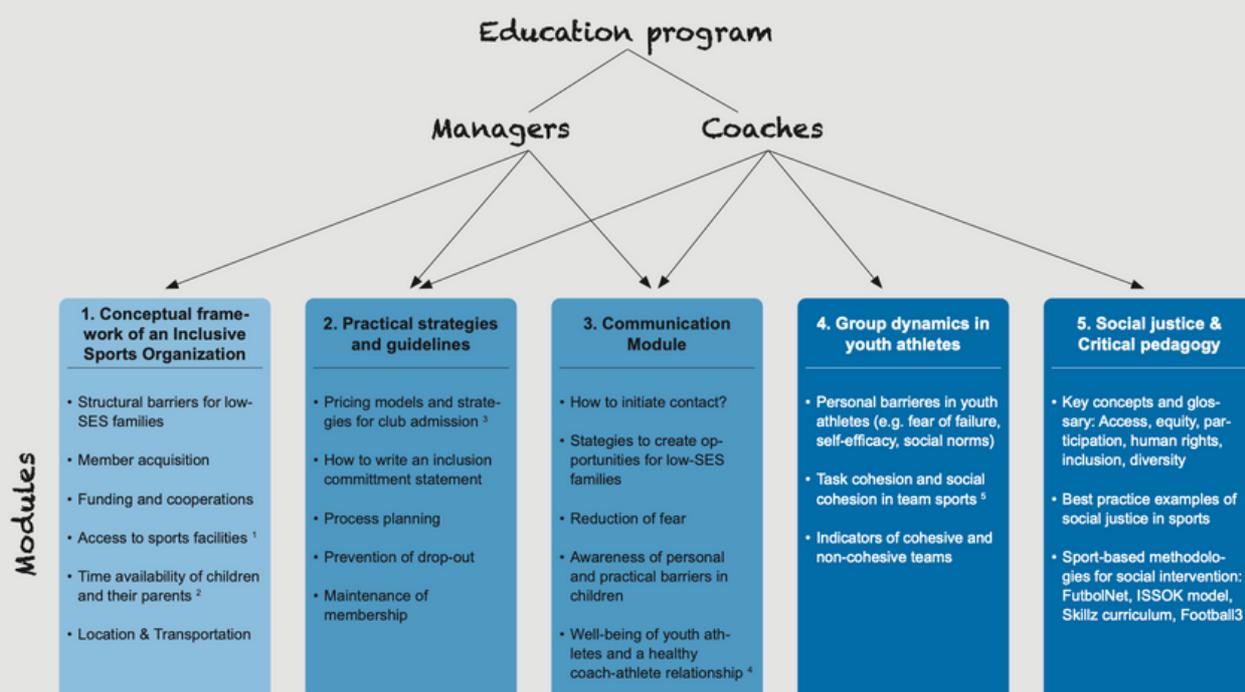


Figura 6: Estructura modular del programa educativo. Se han identificado cinco grupos de temas, ya sea para ambos o solo para uno de los grupos objetivo (directores y entrenadores). NSE = estatus socioeconómico.

2.4. Referencias

- Alexander, K., Stafford, A. & Lewis, R. (2011). *The Experiences of Children Participating in Organized Sport in the UK*. London: NSPCC.
- Balibrea, K., & Santos, A. (2011). *Deporte en los barrios: ¿integración o control social?* València: Editorial Universitat Politècnica de València.
- Bergeron, M. F., Mountjoy, M., Armstrong, N., Chia, M., Côté, J., Emery, C. A., Faigenbaum, A., Hall, G., Kriemler, S., Léglise, M., Malina, R. M., Pensgaard, A. M., Sanchez, A., Soligard, T., Sundgot-Borgen, J., van Mechelen, W., Weissensteiner, J. R., & Engebretsen, L. (2015). International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. *British Journal of Sports Medicine*, 49(13), 843-851. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094962>
- Brunet, J., Sabiston, C. M., Chaiton, M., Barnett, T. A., O'Loughlin, E., Low, N. C. P., & O'Loughlin, J. L. (2013). The association between past and current physical activity and depressive symptoms in young adults: a 10-year prospective study. *Annals of Epidemiology*, 23(1), 25-30. doi:10.1016/j.annepidem.2012.10.006
- Balibrea, K., & Santos, A. (2011). *Deporte en los barrios: ¿integración o control social?* València: Editorial Universitat Politècnica de València.
- Brunet, J., Sabiston, C. M., Chaiton, M., Barnett, T. A., O'Loughlin, E., Low, N. C. P., & O'Loughlin, J. L. (2013). The association between past and current physical activity and depressive symptoms in young adults: a 10-year prospective study. *Annals of Epidemiology*, 23(1), 25-30. doi:10.1016/j.annepidem.2012.10.006
- Buonomo, E., Moramarco, S., Tappa, A., Palmieri, S., Di Michele, S., Biondi, G., Palombi, L. (2019). Access to health care, nutrition and dietary habits among school-age children living in socio-economic inequality contexts: results from the "ForGood: Sport is Well-Being" programme. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 71(3), 352-361. doi:10.1080/09637486.2019.1655714
- Carter, B., López-Pastor, V.-M., & Fuentes, F. G. (2017). La integración de los estudiantes inmigrantes en un programa de deporte escolar con fines de transformación social. *Qualitative research in education*, 6(1), 22-55.
- CNAPEF. (2021). *Formação – Desporto como Elemento de Inclusão Social: Projetos de Sucesso*. Retrieved 20/08/2021 from <https://cnapecf.wordpress.com/2021/04/17/formacao-desporto-como-elemento-de-inclusao-social-projetos-de-sucesso/>
- Cseplö, E., Wagnsson, S., Luguetti, C., & Spaaij, R. (2021). 'The teacher makes us feel like we are a family': students from refugee backgrounds' perceptions of physical education in Swedish schools. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-14. doi:10.1080/17408989.2021.1911980
- Devis-Devis, J. (2006). Socially critical research perspectives in physical education. In D. Kirk, D. MacDonald, & M. O'Sullivan (Eds.), *The Handbook of Physical Education* (Vol. 9, pp. 37-58). London: Sage.

- DJB. (2021). Deutscher Judo-Bund - Trainerfortbildung „Inklusion“ in München. Retrieved 09.09.2021 from <https://www.judobund.de/aktuelles/detail/trainer- fortbildung-inklusion-in-muenchen-4451/>
- Duran, J. (2018). Entrenando un Proyecto social: María del Mar Martínez Alcaide. *Boletín INFORMATIVO Asociación Española de Investigación Social Aplicada al deporte (AEISAD)*, 64(11), 212-216.
- Eime, R. M., Charity, M. J., Harvey, J. T., & Payne, W. R. (2015). Participation in sport and physical activity: associations with socio-economic status and geographical remoteness. *BMC Public Health*, 15(1). doi:10.1186/s12889- 015-1796-0
- Freire, P. (2005). *Pedagogy of the oppressed - 30th anniversary edition*. New York: The Continuum International Publishing Group.
- Future+. (2019). *Future+ Handbook. A tool for promoting social inclusion through sport*. Retrieved from Barcelona: Future+ Project:
- Hallal, P. C., Victora, C. G., Azevedo, M. R., & Wells, J. C. K. (2006). Adolescent Physical Activity and Health. *Sports Medicine*, 36(12), 1019-1030. doi:10.2165/00007256-200636120-00003
- Henchoz, Y., O'Donoghue, G., Kennedy, A., Puggina, A., Aleksovska, K., Buck, C., Boccia, S. (2018). Socio-economic determinants of physical activity across the life course: A „DEterminants of Dlet and Physical ACTivity“ (DEDIPAC) umbrella literature review. *Plos One*, 13(1), e0190737. doi:10.1371/journal.pone.0190737
- Higgerson, J., Halliday, E., Ortiz-Nunez, A., & Barr, B. (2019). The impact of free access to swimming pools on children's participation in swimming. A comparative regression discontinuity study. *Journal of Public Health*, 41(2), 214-221. doi:10.1093/pubmed/fdy079
- Howie, E. K., McVeigh, J. A., Smith, A. J., & Straker, L. M. (2016). Organized Sport Trajectories from Childhood to Adolescence and Health Associations. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(7), 1331-1339. doi:10.1249/ mss.0000000000000894
- Kelly, L. (2011). 'Social inclusion' through sports-based interventions? *Critical Social Policy*, 31(1), 126-150. doi:10.1177/0261018310385442
- Knijnik, J., & Luguetti, C. (2020). Social justice narratives in academia: challenges, struggles and pleasures PETE educators face in understanding and enacting critical pedagogy in Brazil. *Sport, Education and Society*, 26(5), 541-553. doi:10.1080/13573322.2020.1732905
- Lecumberri, C., Puig, N., & Maza, G. (2009). *Guía de intervención educativa a través del deporte*. Barcelona: INDE.
- Li, M.-H., Sum, R. K. W., Wallhead, T., Ha, A. S. C., Sit, C. H. P., & Li, R. (2019). Influence of Perceived Physical Literacy on Coaching Efficacy and Leadership Behavior: A Cross-Sectional Study. *Journal of Sports Science & Medicine*, 18(1), 82-90.

- Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., Biddle, S. (2016). Physical Activity for Cognitive and Mental Health in Youth: A Systematic Review of Mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), e20161642-e20161642. doi:10.1542/peds.2016-1642
- Marques, M., Sousa, C., & Cruz, J. (2013). Estrategias para la enseñanza de competencias de vida a través del deporte en jóvenes en riesgo de exclusión social. 112, 63-71.
- Maza, G. (2009). Deporte, actividad física e inclusión social. Una guía para la intervención social a través de las actividades deportivas. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Moeijes, J., van Busschbach, J. T., Wieringa, T. H., Kone, J., Bosscher, R. J., & Twisk, J. W. R. (2019). Sports participation and health-related quality of life in children: results of a cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 17(1). doi:10.1186/s12955-019-1124-y
- Ovens, A., Flory, S. B., Sutherland, S., Philpot, R., Walton-Fisette, J. L., Hill, J., . . . Flemons, M. (2018). How PETE comes to matter in the performance of social justice education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(5), 484-496. doi:10.1080/17408989.2018.1470614
- Palomäki, S., Hirvensalo, M., Smith, K., Raitakari, O., Männistö, S., Hutri-Kähönen, N., & Tammelin, T. (2018). Does organized sport participation during youth predict healthy habits in adulthood? A 28-year longitudinal study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(8), 1908-1915. doi:10.1111/sms.13205
- Pate, R. R., Pratt, M., Blair, S. N., Haskell, W. L., Macera, C. A., Bouchard, C., Buchner, D., Ettinger, W., Heath, G. W., King, A. C., & et al. (1995). Physical activity and public health. A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *JAMA*, 273(5), 402-407. <https://doi.org/10.1001/jama.273.5.402>
- Peng, J., Zhang, J., Zhao, L., Fang, P., & Shao, Y. (2020). Coach–Athlete Attachment and the Subjective Well-Being of Athletes: A Multiple-Mediation Model Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4675. doi:10.3390/ijerph17134675
- Philpot, R. (2016). Physical education initial teacher educators' expressions of critical pedagogy(ies). *European Physical Education Review*, 22(2), 260-275.
- Rodriguez-Ayllon, M., Cadenas-Sánchez, C., Estévez-López, F., Muñoz, N. E., Mora-Gonzalez, J., Migueles, J. H., . . . Esteban-Cornejo, I. (2019). Role of Physical Activity and Sedentary Behavior in the Mental Health of Pre-schoolers, Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, 49(9), 1383-1410. doi:10.1007/s40279-019-01099-5
- Sabariego, M. (2002). La formación del profesorado en educación intercultural. Bilbao: Desclée.
- Schenker, K., Linnér, S., Smith, W., Gerdin, G., Mordal Moen, K., Philpot, R., Westlie, K. (2019). Conceptualising social justice – what constitutes pedagogies for social justice in HPE across different contexts? *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 10(2), 126-140. doi:10.1080/25742981.2019.1609369

- Serra, P., Soler, S., Prat, M., Vizcarra, M. T., Garay, B., & Flintoff, A. (2016). The (in) visibility of gender knowledge in the Physical Activity and Sport Science degree in Spain. *Sport, Education and Society*, 23(4), 324-338. doi:10.1080/13573322.2016.1199016
- Smith, B. J., Thomas, M., & Batras, D. (2016). Overcoming disparities in organized physical activity: findings from Australian community strategies: Table 1. *Health Promotion International*, 31(3), 572-581. doi:10.1093/heapro/dav042
- Soler Prat, S., Flores Aguilar, G., & Prat Grau, M. (2012). La Educación Física Y El Deporte Como Herramientas De Inclusión De La Población Inmigrante En Cataluña: El Papel De La Escuela Y La Administración Local. *Pensar a Práctica*, 15(1). doi:10.5216/rpp.v15i1.16653
- Soler, S. (2004). Formación de profesionales de educación física y deporte. El tratamiento de la diversidad cultural. In T. Lleixà & S. Soler (Eds.), *Actividad física y deporte en las sociedades multiculturales. ¿Inclusión o segregación?* (pp. 111-134). Barcelona: Editorial Horsori.
- Soler, S., Lecumberri, C., Daza, G., Hinojosa-Alcalde, I., Tarragó, R., & Serra, P. (2020). Centros penitenciarios y aprendizaje-servicio en el INEFC de Barcelona. *Tándem. Didáctica de la educación física*(69), 69-72.
- Somerset, S., & Hoare, D. J. (2018). Barriers to voluntary participation in sport for children: a systematic review. *BMC Pediatrics*, 18(1). doi:10.1186/s12887-018-1014-1
- Van der Veken, K., Lauwerier, E., & Willems, S. (2020). "To mean something to someone": sport-for-development as a lever for social inclusion. *International Journal for Equity in Health*, 19(1). doi:10.1186/s12939-019-1119-7
- Veselska, Z., Madarasova Geckova, A., Reijneveld, S. A., & van Dijk, J. P. (2011). Socio-economic status and physical activity among adolescents: The mediating role of self-esteem. *Public Health*, 125(11), 763-768. doi:10.1016/j.puhe.2011.09.007
- Walton-Fisette, J. L., & Sutherland, S. (2018). Moving forward with social justice education in physical education teacher education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(5), 461-468. doi:10.1080/17408989.2018.1476476
- Woods, M. (2021). Inclusive Sport Design. Retrieved 07.09.2021 from www.inclusive-sportdesign.com

3

**UN PROGRAMA DE
ENTRENADORES/AS Y
DIRECTIVOS/AS CON
SEDE EN EUROPA**

3.1. Módulo 1: Marco conceptual de una Organización Deportiva Inclusiva

El alto porcentaje de personas en riesgo de pobreza y exclusión social en Europa (21,7% en 2021) (Eurostat, 2022) pone de relieve la importancia de utilizar el deporte como herramienta para la inclusión social y la mejora de la calidad de vida, especialmente entre los jóvenes de bajos niveles socioeconómicos. Según *StreetGames* (1), alrededor de 3,5 millones de niños en Gran Bretaña provienen de familias con un nivel socioeconómico bajo, aspecto directamente asociado al incumplimiento de las directrices nacionales sobre la actividad física diaria recomendada. Por eso este grupo tiene tres veces más probabilidades de sufrir enfermedades mentales y vive una media de 3,6 a 5 años menos que sus compañeros más acomodados.

En este contexto, todas las organizaciones deportivas y clubes deportivos sensibles a la inclusión social de la población más vulnerable se enfrentan a un triple desafío:

- **Reto 1:** facilitar el acceso al deporte a todas las personas interesadas, especialmente a los jóvenes, independientemente de su condición social, económica, cultural, etc., adoptando medidas específicas al efecto.
- **Reto 2:** potenciar el lado positivo del deporte, que promueve la mejora de la salud física, mental y social; la adquisición de valores, como la tolerancia, la solidaridad, el respeto, el esfuerzo, etc.; y el aumento del capital social (mejora de las relaciones y comunicación entre iguales) (Burdieu, 1991).
- **Reto 3:** limitar el lado negativo, que está vinculado a actitudes de violencia, sexismo, racismo, juego sucio, entre otros, especialmente por la sobredimensión de la competitividad.

Sabiendo que el deporte no es intrínsecamente educativo ni inclusivo, las intervenciones que se lleven a cabo en las entidades deportivas y clubes deportivos por parte de todas las personas implicadas como directivos, técnicos, coordinadores, etc sin excepción, deben ir acompañadas de una verdadera vocación socioeducativa y voluntad inclusiva.

Para ello, este módulo presenta algunos de los principales lineamientos que permitirían a cualquier organización/club deportivo convertirse en una Organización Deportiva Inclusiva (ISO).

1. <https://www.streetgames.org/about-us/>

Objetivos principales del Módulo 1:

Reflexionar sobre las características básicas de una ISO:

- Analizar las prioridades clave de una ISO.
- Conocer las principales barreras estructurales (prácticas y personales) que afectan a la participación deportiva de jóvenes en riesgo de exclusión social.
- Identificar medidas globales para reducir los efectos de las barreras estructurales.

BLOQUE 1. Prioridades clave

Según la asociación *Play by the Rules* (2), los clubes deportivos que se posicionan como defensores de la inclusión pueden generar un conjunto de beneficios sociales y privados de gran magnitud.

• **Beneficios sociales:**

- Proporcionar una comunidad deportiva más diversa e inclusiva.
- Rompiendo barreras y promoviendo la inclusión social.
- Incrementar el acceso y las oportunidades de participación.
- Cumplir con las obligaciones reglamentarias en el deporte.

• **Beneficios específicos:**

- Mejora tu marca y reputación.
- Incrementar el número de miembros.
- Incrementar las oportunidades de patrocinio.
- Incrementar el apoyo público y la base de voluntarios.
- Garantizar una mayor publicidad y una imagen pública positiva.
- Proporcionar coherencia al "liderar con el ejemplo" para cumplir con sus objetivos estratégicos.

Ante esta realidad, ¿cuáles son las prioridades fundamentales a las que se enfrenta cualquier club o entidad deportiva que quiera convertirse en ISO? (Figura 7) (SPORTOP, 2022):

- **Participación:** se preocupa por incrementar la participación de los jóvenes, facilitando el acceso a ellos. También se refiere a la participación activa de todos los agentes implicados (equipo directivo, equipo técnico, deportistas y familias) en la toma de decisiones de la entidad y en la evaluación final de las propuestas.

2. <https://www.playbytherules.net.au/online-courses/inclusive-coaching-course>

- **Igualdad de oportunidades:** para garantizar la participación en el deporte, se debe promover la igualdad de oportunidades entre todos los usuarios de manera equitativa, por ejemplo, reduciendo la brecha de género, reduciendo las limitaciones económicas, etc.
- **Enfoque educativo del deporte:** supone adoptar un verdadero enfoque educativo y pedagógico del deporte que reduzca sus contravalores (competitividad extrema, violencia, exclusión por motivos de motricidad, etc.) y promueva la libre participación en un clima positivo para todos.

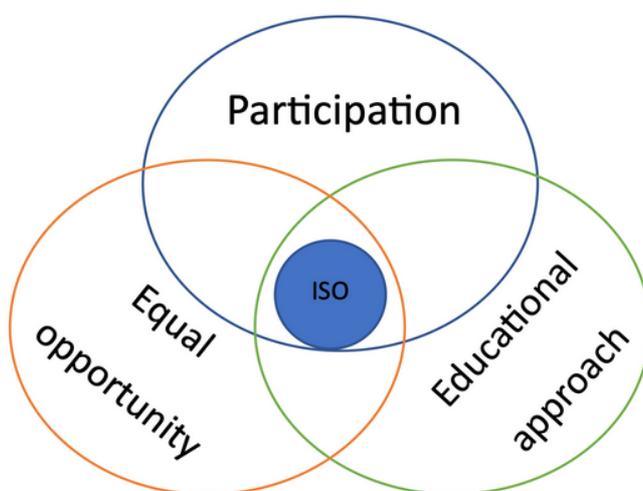


Figura 7. Prioridades clave de una entidad ISO. Elaboración propia

ACTIVIDAD:

Reflexiona sobre tu entidad de club deportivo y responde en la tabla, siendo 1 nada y 3 mucho.

¿Cómo funciona mi club deportivo...?	1	2	3
Se preocupa por aumentar la participación y la captación de jóvenes			
Facilita la participación activa de las familias, el equipo técnico, etc., en las diferentes decisiones			
Reduce la brecha de género (facilita la existencia de equipos mixtos...)			
Permite la incorporación de deportistas independientemente de su nivel deportivo, etc.			
Propone medidas alternativas o crea facilidades para el pago de cuotas			
Promueve la educación en valores			
Diversifica las prácticas deportivas de la entidad			
Prioriza la máxima participación de los deportistas.			
Pone los resultados deportivos en un segundo plano			

BLOQUE 2. Barreras estructurales y medidas globales

Las familias con bajo nivel socioeconómico y los jóvenes en riesgo de exclusión social pueden encontrar un conjunto de barreras estructurales (prácticas y personales) que inciden negativamente a la hora de participar en actividades físico-deportivas en la comunidad, tanto a corto como a largo plazo (Somerset & Hoere, 2018) (Figura 2). Los DOI deben poder conocerlos, identificarlos y, si es posible, prevenirlos y/o eliminarlos.

. Barreras prácticas

Las principales barreras prácticas se agrupan en tres: tiempo, ubicación y costo. Las familias (Nivel Socioeconómico Bajo) suelen tener poca disponibilidad temporal, sobre todo por motivos laborales, lo que puede dificultar el desplazamiento de sus hijos/as (Transporte-Ubicación) a clubes o entidades deportivas (a veces lejos de sus hogares y con horarios de práctica difíciles de realizar). conciliar). Además, las dificultades económicas pueden impedir el pago de tasas (a veces elevadas), la compra de accesorios deportivos (a veces esenciales, por ejemplo, patines de hockey) e incluso el pago del transporte.

. Barreras personales

Las barreras personales se dividen en internas y externas. Internamente, los jóvenes con un nivel bajo de habilidades o competencias motrices a menudo tienen miedo de ser juzgados públicamente por ello, lo que favorece su propia conciencia y conformidad (suponer que no son aptos para este tipo de deportes). Estas ideas crecen en contextos de máxima competitividad. Por otro lado, las malas experiencias deportivas previas, como en las clases de Educación Física, junto con el rechazo o valoración negativa por parte de compañeros o entrenador/es, se suman a los estereotipos culturales, físicos y de género, entre otros, como barreras externas a considerar. Evidentemente, en la formación pueden estar presentes barreras tanto internas como externas, por lo que el papel del equipo técnico (entrenadores y preparadores físicos) cobra un papel fundamental.

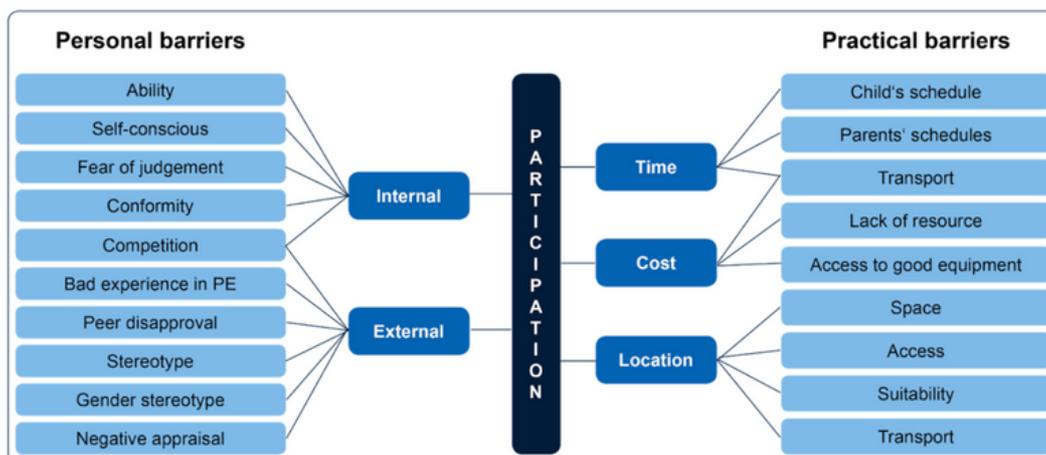


Figura 8. Barreras estructurales a la participación deportiva familiar. Fuente: Somerset y Hoere (2018)

Para superar estas limitaciones, los DOI pueden adoptar un conjunto integral de medidas que permitan limitar los efectos negativos de las barreras mencionadas y facilitar así el acceso de los jóvenes a los deportes (Figura 9). Junto con estos, el Módulo 2 proporcionará un conjunto de estrategias prácticas más específicas y orientación para su implementación.

- **Reclutamiento de deportistas** (no confundir con adquisición de talento): ¿El club realiza algún tipo de reclutamiento deportivo? Si es así, ¿cómo funciona? ¿Cuáles son los criterios? ¿Si no, porque no? Por otro lado, ¿es posible incrementar la participación de los jóvenes en la comunidad?
- **Financiamiento y alianzas:** ¿cuáles son las fuentes de financiamiento disponibles para la entidad? ¿Cooperación con otros actores externos? ¿Se podrían aumentar los recursos?
- **Acceso a instalaciones deportivas:** ¿cómo es el acceso a instalaciones deportivas? ¿Puede afectar negativamente la participación de los jóvenes en la comunidad?
- **Disponibilidad horaria de los niños/niños y sus familias:** ¿qué disponibilidad horaria ofrece la organización deportiva y cómo podría adaptarse a las necesidades de los niños y sus familias? ¿Hay alguna flexibilidad dependiendo de los grupos involucrados?
- **Ubicación y transporte:** ¿hasta qué punto la ubicación de las instalaciones deportivas puede limitar la participación de los deportistas? ¿Existen medios de transporte adecuados para el acceso u otras alternativas viables?
- **Formación pedagógica (equipo de entrenadores y equipo técnico):** más allá de la formación técnico-deportiva, ¿cuál es el nivel de formación pedagógica de los agentes deportivos? ¿Existe una preocupación particular por la formación pedagógica del personal?



Figura 9. Medidas generales tomadas por una entidad ISO. Fuente: Producción propia

BLOQUE 3. Estudios de caso

Los dos casos siguientes describen la realidad de dos jóvenes. Léelos, reflexiona sobre ellos, identifica las barreras (prácticas y personales) que encuentran y elige qué medidas globales se podrían adoptar desde una ISO.

CASO 1:

Paola es una niña cubana de trece años a la que le encanta el baloncesto. Sin embargo, no ha podido practicarlo desde que llegó al país hace dos años. A principios de este curso, el principal club de baloncesto de la ciudad organizó una exhibición y una jornada deportiva en su colegio. El equipo técnico quedó tan fascinado con su nivel que la invitaron a sumarse a los entrenamientos del club en las afueras de la ciudad (a una hora de la casa familiar en transporte público). Sin embargo, Paola aún no ha podido asistir porque debe cuidar a su hermana de seis años hasta que su padre y su madre cierren el restaurante y lleguen a casa.

¿Qué tipo de barreras prácticas encuentra Paola?	Si	No
Disponibilidad horaria (para familias)		
Transporte		
Falta de recursos		
Acceso a buenos equipos.		
Espacio - Instalaciones de acceso		
Ubicación de las instalaciones		

¿Qué medidas generales toma o podría tomar el club?	Si	No
Reclutamiento de deportistas.		
Financiamiento y cooperación		
Acceso a las instalaciones		
Disponibilidad horaria (para familias)		
Ubicación y transporte		
Formación pedagógica		

CASO 2:

La familia de Kevin (nueve) quiere que su hijo practique deportes fuera de la escuela, pero él no quiere. Después de probar varios deportes colectivos en diferentes clubes de la ciudad, Kevin no quiere intentar más porque piensa que no es bueno en los deportes en general, algo que sus compañeros e incluso su profesor de Educación Física muchas veces le reprochan. Además, Kevin odia la presión que a veces sufre durante los partidos. Tiene miedo de fallar o perder el control del balón. Si fuera por él, iría a nadar todas las tardes, a su propio ritmo, sin presiones. Sin embargo, no hay instalaciones de agua en la ciudad.

¿Qué tipo de barreras personales encuentra Kevin?	Si	No
Habilidad		
Miedo a ser juzgado		
Conformismo		
Autoconciencia		
Malas experiencias en EF		

Desaprobación de los compañeros		
Valoración negativa		
Estereotipos		
Estereotipos de genero		
Competencia		

¿Qué medidas generales toma o podría tomar el club?	Si	No
Reclutamiento de deportistas.		
Financiamiento y cooperación		
Acceso a las instalaciones		
Disponibilidad horaria (para familias)		
Ubicación y transporte		
Formación pedagógica		

APRENDER MÁS

- ¡Deporte! OP! (Oportunidades para la inclusión de jóvenes vulnerables a través del deporte) es un proyecto del programa Erasmus+ de la Unión Europea. Este proyecto tiene como objetivo mejorar el bienestar de los jóvenes vulnerables mediante el desarrollo de resiliencia y el desarrollo de habilidades sociales y para la vida.

- <http://sportopproject.eu>

3.2. Módulo 2. Estrategias y directrices prácticas

INTRODUCCIÓN

El Módulo 2 "Estrategias prácticas y directrices" del programa de formación en línea está diseñado para proporcionar orientación práctica y apoyo a entrenadores y entrenadoras jóvenes, organizaciones deportivas y clubes que están comprometidos/as con la inclusión de todas las personas con un nivel socioeconómico bajo. Este módulo tiene como objetivo identificar e implementar estrategias y prácticas para crear un entorno acogedor e inclusivo para todas las personas que participan en programas deportivos.

El módulo cubrirá una variedad de temas, desde la implementación de una declaración de principios de diversidad, equidad e inclusión (DEI), herramientas prácticas para superar las barreras y ser más inclusivos e inclusivas, así como buenas prácticas para brindar inspiración y experiencias del mundo real. Aprenderás sobre la importancia de considerar las necesidades de las familias y los niños y niñas de entornos socioeconómicos bajos, así como las estrategias que se pueden implementar para garantizar la igualdad de acceso y oportunidades para todas las personas participantes. El módulo también brindará orientación sobre cómo construir relaciones con organizaciones y empresas locales para crear asociaciones mutuamente beneficiosas que puedan ayudar a respaldar mutuos esfuerzos y ser organizaciones más inclusivas.

Al completar el Módulo 2, comprenderás mejor los pasos a seguir para crear un entorno más inclusivo y acogedor para las familias y los niños y niñas de nivel socioeconómico bajo. Las estrategias y pautas cubiertas en este módulo te ayudarán a garantizar que la organización sea accesible y brinde apoyo a todas las personas participantes, independientemente de si trabajas de entrenador/a, en una organización deportiva o club, este módulo está diseñado para ayudarte a lograr tus objetivos de ser más inclusivos/as y acogedor/as para todas las personas.

Principales objetivos del Módulo 2:

- Escribir tu declaración de principios DEI
- Aprender sobre estrategias prácticas para ser más inclusivo y inclusiva

Bloque 1: Declaración de compromiso de DEI

1. ¿Qué es una declaración de compromiso de DEI?

La Declaración de Compromiso de Diversidad, Equidad e Inclusión (DEI) es una forma práctica de declarar y manifestar las propias intenciones con respecto a ser más inclusivo e inclusiva. Muestra que, como entrenador o entrenadora de una organización deportiva, tienes como objetivo fomentar la diversidad y la pertenencia en tu comunidad. Un DEI destaca aún más tus valores y objetivos relacionados con la diversidad, la equidad y la inclusión. Puede ser especialmente útil para establecer confianza con la comunidad, atletas, entrenadores/as, familias y otras partes interesadas. Aunque la ley no exige una declaración de compromiso de DEI, es un paso importante y positivo para transformar el club en un lugar más diverso e inclusivo.

2. ¿Cómo redactar una declaración de compromiso DEI?

La declaración de compromiso de DEI es simple y breve, pero elaborada. Por lo tanto, te sugerimos las siguientes pautas para que puedas crear tu propia declaración de compromiso DEI. La declaración DEI debe considerar lo siguiente:

- ¿Qué significa DEI para ti y/o para la organización?
- ¿Cómo se relaciona DEI con la misión y valores de la organización?
- ¿Por qué DEI es importante para ti y/o la organización, ahora y en el futuro?
- ¿Cómo abordas DEI en la organización, y en el futuro?
- ¿Cuáles son algunas iniciativas o acciones específicas de DEI, ya sean en curso o planeadas para el futuro?

Al escribir la declaración de compromiso de DEI, debes considerar que cualquiera debe poder leer la declaración; por lo tanto, escribe de manera inclusiva.

- Crea un titular (que no sea "Declaración de compromiso de DEI")
- Mantén la declaración breve (20 - 75 palabras)
- Nivel de lectura de 14 años aproximadamente
- Mantén las oraciones cortas (promedio de ~8 palabras)
- Utiliza palabras positivas
- También puedes utilizar elementos gráficos
- Puedes inspirarte en ejemplos bien escritos (ver 2.3)
- Materializa tu declaración de compromiso DEI (ver 2.4)

3. Ejemplos de declaraciones de compromiso DEI

1. La National Collegiate Athletic Association (NCAA) es el organismo rector estadounidense para todos los deportes universitarios.
2. La Canadian Endurance Sport Alliance (CESA) describe brevemente sus objetivos relacionados con DEI.
3. La Fundación Barça también hace un gran trabajo al describir y representar visualmente sus objetivos DEI.

4. Tarea: Materializa tu declaración de compromiso de DEI

Una buena intención es más enriquecedora cuando las demás personas la conocen. Así que muéstrale a tu comunidad cuáles son tus metas e intenciones relacionadas con DEI. Háblales de tus valores, para que se sientan invitados/as y desarrollen un sentido de pertenencia con el club. Puedes compartir su declaración DEI en el sitio web de tu organización, así como imprimir y enmarcar tu declaración de compromiso DEI para colgarla en un lugar donde todos puedan verla y leerla. No importa cómo o dónde, puedes ser creativo/a y contarle al mundo sobre tu declaración de compromiso de DEI.

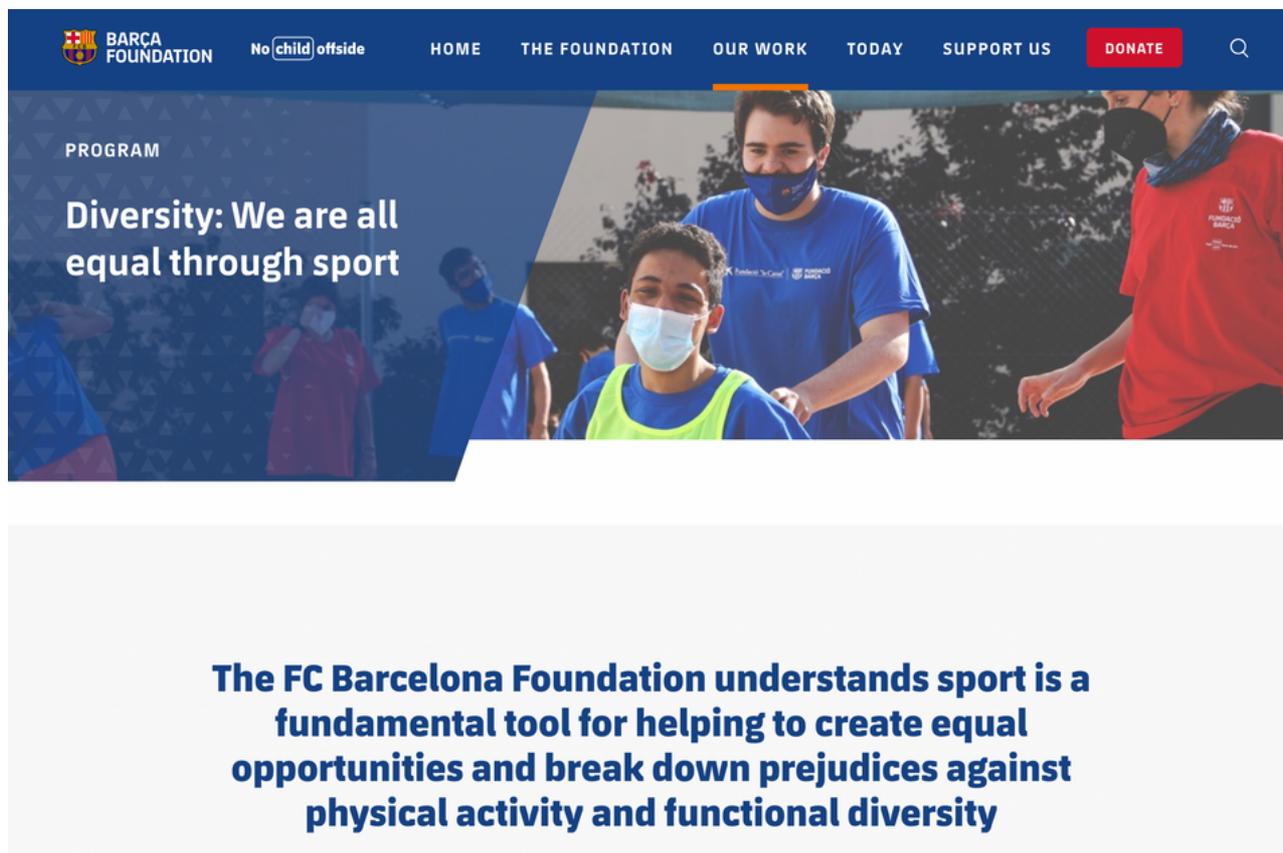


Figura 10. Captura de pantalla del comunicado DEI de la Fundación Barça (28.12.2022)

BLOQUE 2: Encuesta sobre la inclusión

1. Introducción: Barreras

Como se ha indicado previamente en el Módulo 1, las barreras prácticas y personales impiden la participación a largo plazo de los niños y niñas en los deportes organizados. Las barreras se deben identificar para eliminarlas o ayudar a familias y niños y niñas a superarlas. En el siguiente bloque, tu objetivo es identificar las posibles barreras dentro de tu club, organización o entorno de entrenamiento. ¿Dónde se puede integrar un mayor grado de inclusión? ¿Dónde ves potencial para cooperar con tu comunidad para mejorar la inclusión? ¿Cómo puedes reunir a tus miembros y atletas para crear un entorno más inclusivo?

Las barreras personales pueden ser internas o externas, y van desde la propia habilidad de la persona deportista (interna) hasta la valoración negativa (externa). Las barreras internas están influenciadas principalmente por el grupo de compañeros/as y el entorno de formación. Por otro lado, las barreras prácticas, que incluyen las limitaciones de tiempo, coste y ubicación, están influenciadas principalmente por las familias, la comunidad y la organización deportiva. En este contexto, la figura del entrenador o entrenadora o personas que trabajan en la organización deportiva son muy importantes, aunque dependiendo de tu posición o rol, puede tener más o menos influencia en la eliminación de barreras.

Lee las “Estrategias prácticas” en la sección 3.2 y responde las preguntas en la sección 3.3 para obtener más información sobre las barreras que tu caso individual puede plantear para las personas jóvenes que desean participar en deportes organizados. Utiliza este conocimiento para luego aumentar la inclusión.

3.2 Estrategias prácticas

Las organizaciones deportivas inclusivas tienen como objetivo crear un entorno que promueva la igualdad de acceso y oportunidades para todas las personas participantes, independientemente de sus capacidades o habilidades. Esto se puede lograr a través de una combinación de estrategias y pautas que abordan la accesibilidad, la comunicación, la diversidad y el apoyo. Algunas de estas estrategias incluyen proporcionar instalaciones accesibles, usar un lenguaje inclusivo, fomentar la diversidad en los puestos de liderazgo y ofrecer capacitación y recursos para apoyar la inclusión. Al adoptar un enfoque inclusivo, las organizaciones deportivas pueden crear un entorno acogedor que beneficie a todas las personas. La colaboración con las escuelas puede

proporcionar una plataforma sólida para llegar a nuevos miembros potenciales, especialmente para las organizaciones que atienden a grupos de edades más jóvenes. El reclutamiento en las escuelas también puede ser una forma directa y efectiva de atraer nuevos miembros. Establecer relaciones con los servicios sociales, como las organizaciones de personas con discapacidad, puede ayudar a llegar a las personas con necesidades específicas. La promoción de la organización dentro de la comunidad local, así como la incorporación de personas voluntarias también puede ser un activo valioso para adquirir nuevas personas socias. De este modo, combinando estas estrategias, las organizaciones deportivas pueden llegar y atraer de manera efectiva a una amplia gama de socios/as promoviendo la inclusión y el crecimiento dentro de la organización.



En este enlace se puede encontrar un ejemplo de la comunidad europea sobre cómo utilizar el voluntariado como una medida para aumentar la adquisición de miembros: <http://www.prevenција.ba/es/volontiranje-n-za-n-studente-ice/stariji-brat-starija-sestra>

Hay varias fuentes de financiación disponibles para los clubes deportivos, desde subvenciones gubernamentales, patrocinios corporativos o recaudación de fondos comunitarios. Solicitar subvenciones del gobierno, como las que ofrecen los consejos locales o las organizaciones deportivas estatales, puede proporcionar fondos para nuevos equipos, mejoras de instalaciones o programas. Los patrocinios corporativos también pueden brindar apoyo financiero, además de ofrecer oportunidades para la exposición de la marca y la participación de la comunidad. Las iniciativas comunitarias de recaudación de fondos, como la venta de pasteles o los eventos benéficos, pueden ayudar a generar fondos adicionales y crear conciencia sobre la organización. Para reducir la carga financiera de las familias de bajo nivel socioeconómico, las organizaciones deportivas pueden asociarse con empresas locales para ofrecer descuentos en equipos, ofrecer asistencia financiera o becas, opciones de pago flexibles y subsidios para equipo y transporte. Al adoptar un enfoque proactivo para reducir las barreras financieras, las organizaciones deportivas pueden aumentar la accesibilidad y promover la inclusión para todas las personas participantes.



Proporciona a los niños y niñas acceso a instalaciones y equipos deportivos y tendrán un estilo de vida más saludable. Esta es la motivación para fritids banken en Suecia, una increíble iniciativa que brinda a los niños y niñas la oportunidad de tomar prestado todo tipo de equipos deportivos, ¡gratis! Mira aquí: <https://www.fritidsbanken.se/en/about-us/>

Proporcionar medios de transporte accesibles para las prácticas, juegos y reuniones es un factor importante para atraer y retener a la comunidad, especialmente para familias de bajo nivel socioeconómico que no tienen acceso a un transporte adecuado. Las organizaciones deportivas pueden explorar asociaciones con empresas de transporte locales, proporcionar subsidios o reembolsos por costos de transporte u organizar opciones de uso compartido de vehículos para familias.

3. Encuesta: Identificación del propio potencial

1. ¿El club deportivo proporciona a todas las personas deportistas y/o niños y niñas acceso a equipo adecuado?

a. Sí ¡Genial! Esta es una forma excepcional de aumentar la participación de niños y niñas y jóvenes deportistas.

b. NO ¿La entidad deportiva ayuda a las familias en el acceso y coste de material deportivo?

i. SI. Una muy buena manera de reducir la carga financiera de las familias. ¡Gran trabajo!

ii. NO. Proporcionar a niños y niñas oportunidades para alquilar, pedir prestado o comprar equipos deportivos de segunda mano, ya que puede reducir drásticamente la carga financiera de las familias y, por lo tanto, aumentar las tasas de participación.

2. ¿Las instalaciones deportivas están abiertas al uso público?

a. Sí ¡Genial! De esta manera, los niños y niñas se vuelven físicamente activos/as, pasan tiempo en la propiedad de su instalación e incluso pueden convertirse en miembros activos/as de su comunidad en algún momento en el futuro.

b. NO ¿Se pueden utilizar las instalaciones deportivas fuera del horario habitual de entrenamiento?

i. Sí ¡Gran esfuerzo! Sin embargo, es posible que desee pensar en abrir las instalaciones incluso a personas que no son socias, por ejemplo, durante las vacaciones de verano, para que los niños y niñas que no asisten a la escuela puedan estar físicamente activos/as.

ii. NO Se ha demostrado que la apertura de instalaciones deportivas (por ejemplo, canchas de fútbol, canchas de baloncesto, piscinas) para niños y adolescentes, de forma gratuita, aumenta la actividad física en general.

3. ¿El club deportivo está conectado con el transporte público?

a. Sí ¡Perfecto! Esta es una manera segura para que todos los/las niños y niñas lleguen a sus instalaciones.

b. NO. Piensa en aumentar la accesibilidad para aquellas personas que no puedan conducir por sí mismas o que sus familias les recojan. Los autobuses comunitarios pueden ser una forma de aumentar la participación.

4. ¿Pueden los/as personas jóvenes ir en bicicleta al lugar de forma segura?

a. Sí ¡Excelente ubicación!

b. NO. Organización de paseos en grupo para practicar para mayor seguridad

5. ¿Existe alguna manera de aliviar los altos costos de participación?

a. NO. Para las familias de nivel socioeconómico bajo, la carga financiera de la participación deportiva puede ser complicada. Entonces, por el bien de la participación de los/as niños y niñas en los deportes organizados, puede valer la pena pensar en cómo aliviar algunos de estos costos para aquellos que no pueden pagarlo. Por ejemplo, piensa en programas de becas o patrocinios, apoyo de la municipalidad, etc.

6. ¿Los/as entrenadores/as han realizado algún programa de educación (tienen la licencia de entrenador/a)?

a. Sí ¡Esto es genial! Los/as entrenadores/as tienen un papel esencial y son el punto de contacto entre la organización deportiva y los/as deportistas. Especialmente en los deportes juveniles, los/as entrenadores/as deben combinar el conocimiento específico del deporte y el saber hacer pedagógico. Asegúrate de darles toda la educación que requieren.

b. ¿Los/as entrenadores/as reciben apoyo financiero cuando buscan educación superior?

i. NO. Los/as entrenadores/as muy a menudo invierten gran parte de su tiempo libre en su trabajo de entrenadores sin recibir un reembolso económico. Mejorar el nivel de educación del cuerpo técnico también puede aumentar el atractivo de su organización para los nuevos miembros potenciales.

7. ¿Pueden los/as deportistas hablar con alguien sobre malas experiencias dentro de la organización?

a. Sí ¡Tu organización es un espacio seguro que tiene como primera prioridad la salud y el desarrollo de los niños!

b. NO ¡Asegúrate de que los/as niños y niñas se sientan seguros/as y haga de su organización un lugar donde puedan prosperar y desarrollar su potencial al máximo!

BLOQUE 3. Ejemplo de buenas prácticas - “Sport vernetzt”

1. Sport vernetzt Alba Berlin

Término alemán para describir una red a través del deporte, así como conectar a las personas a través del deporte: Sport vernetzt es un proyecto a gran escala en toda Alemania iniciado por Alba Berlin con el objetivo de “entusiasmar a las personas jóvenes con el ejercicio, vinculando la guardería, la escuela y los clubes deportivos, y el desarrollo de barrios socialmente desfavorecidos” (ver este [video](#) en lengua alemana).

Alba BERLIN Basketballteam eV fue fundado en 1991 y desde entonces ha crecido hasta convertirse en el club con el mayor número de miembros y uno de los equipos de baloncesto más exitosos de Alemania. Iniciado en el verano de 2021, Sport vernetzt es una iniciativa educativa de Alba Berlin para crear oportunidades de educación y ejercicio para los/as niños y niñas , especialmente en las partes menos privilegiadas de las áreas metropolitanas de Alemania. Lo que comenzó en Gropiusstadt (Berlín), ahora se ha convertido en una red nacional de guarderías, escuelas, universidades, patrocinadores sociales, administraciones vecinales y clubes deportivos (Sport vernetzt partners). Diariamente, más de 10.000 niños hacen ejercicio con Alba Berlín en 55 guarderías, 160 escuelas y con más de 120 entrenadores activos en toda Alemania.

Fondos públicos, fundaciones, empresas, compañías de seguros de salud y asociaciones de vivienda financian el proyecto, mientras que los socios de Sport vernetzt son las organizaciones impulsoras que implementan el proyecto localmente en los lugares de acción (guarderías, escuelas y clubes deportivos).

3.3. Módulo 3. Comunicación

INTRODUCCIÓN

El deporte es un contexto que permite alcanzar el pleno desarrollo de la personalidad humana y la conciencia cívica, y debe caracterizarse, según la Carta Olímpica¹, por el esfuerzo y juego limpio, la autodisciplina y el trabajo en equipo, el respeto a las normas de competición y el compañerismo, el rechazo a la violencia, al racismo y la defensa de la universalidad deportiva, la tolerancia y la paz. En la actualidad, la diversidad existente en el deporte y en la sociedad es cada vez mayor debido a la migración, lo que aporta una riqueza social y humana que debemos saber respetar y hermanar, siguiendo los principios fundamentales del olimpismo. El esfuerzo y la habilidad deportiva no son nada sin el compañerismo, la solidaridad, la tolerancia, la integración intercultural, el aprecio a nuestro rival, a nuestro compañero de equipo, al entrenador, a quien nos arbitra, a quienes nos alientan y acompañan, sin el respeto a su dignidad como personas. Un deporte así nos hace grandes deportistas a todos y mejora nuestra sociedad. No obstante, numerosos conflictos surgen de la ausencia de respeto al igual valor, a la dignidad, de todas las personas. Por ello, la capacidad de dirección de grupo y de comunicación interpersonal de managers y equipo técnico son fundamentales, ya que permiten solventar las situaciones prejuiciosas o conflictivas que se producen en la dinámica cotidiana de la actividad deportiva.

En la sociedad, es imposible no comunicarse. La comunicación es el intercambio de información entre personas, donde intervienen uno o varios emisores, y uno o varios receptores, que establecen una relación a través de un mensaje. La comunicación es una interacción bidireccional (cambio de rol de emisor a receptor) en el que se intercambian mensajes (información), y puede ser simétrica (cuando el intercambio comunicacional se basa en la igualdad) o complementaria (cuando se basa en la diferencia). Un buen proceso comunicativo está basado en la escucha activa de los interlocutores (esto es, escuchar conscientemente el mensaje del emisor intentando comprender lo que trata de comunicar); sin embargo, debido a diferentes causas (relacionadas con el emisor, el canal, el mensaje o el receptor), puede haber diferencias entre lo que se quiere decir y lo que llega a la otra persona. Por ello, nunca sabemos lo que hemos dicho hasta que no escuchamos la respuesta a lo que hemos dicho. Dominar las habilidades de comunicación es de gran importancia, puesto que son la base para interaccionar con otras personas. Por medio de estas habilidades podemos expresar nuestros sentimientos, ideas, participar en un debate, resolver un conflicto... Por tanto, desarrollar la comunicación ayuda a mejorar en otras habilidades y capacidades como la empatía, la asertividad o la resolución de problemas. Siguiendo esta línea, el objetivo principal de este módulo es acercar el concepto de comunicación a managers y entrenadores y entrenadoras para que aprendan cómo utilizar la comunicación para crear oportunidades de inclusión para las personas deportistas.

Objetivos principales del módulo 3:

1. Hacer una aproximación teórica sobre la comunicación: sus características principales, los diferentes tipos de comunicación existentes, los elementos que pueden facilitarla y las barreras que pueden darse en el proceso comunicativo.
2. Plantear estrategias prácticas para managers y entrenadores y entrenadoras sobre cómo mejorar la comunicación y cómo facilitar la inclusión de las personas deportistas.
3. Proporcionar estrategias de autoevaluación para que managers y entrenadores y entrenadoras puedan poner a prueba los conocimientos adquiridos.

BLOQUE 1. Fundamentos de la comunicación

El proceso comunicativo es necesario para el desarrollo de un entrenamiento y competición eficaces, eficientes y efectivos, ya que permite transmitir conocimientos, competencia, habilidades y valores humanos a las personas deportistas (Figura 1). Dentro de la comunicación, pueden darse errores o problemas que deforman el proceso comunicativo, ya sea porque el emisor no emite bien el mensaje, porque el receptor no lo recibe bien o porque no se logra un intercambio adecuado de mensajes. Estos problemas pueden ser derivados del propio mensaje (p. ej. dobles sentidos, juegos verbales, mensajes incompletos o distorsionados); psicosociales (p. ej. demandas simultáneas o contradictorias, desinformación, censura); o humanos, personales o relacionados con la interacción (p. ej. pensamientos polarizados, sobregeneralización, visión catastrófica, personalización, estereotipos).

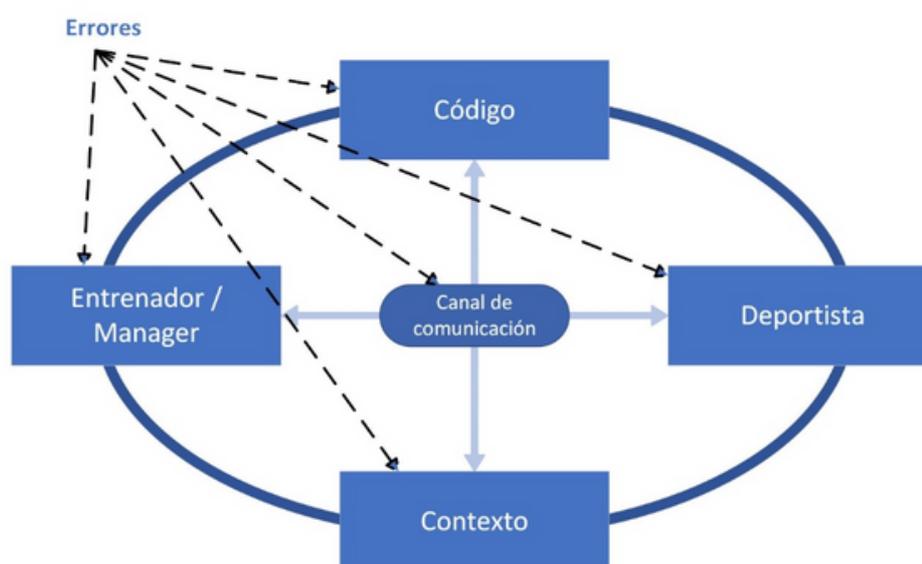


Figura 11. Resumen del proceso de comunicación. Fuente: Bohórquez (2022)

Tipos de comunicación

En las relaciones interpersonales hay que prestar atención tanto a lo que dice el emisor, como al modo de expresar la información, el cómo lo dice. Por ello, la comunicación puede ser de dos tipos: **verbal** y **no verbal**. Por un lado, la comunicación verbal es el vehículo para comunicar el contenido explícito del mensaje, es decir, las opiniones, las ideas, los pensamientos, etc. Mediante los comportamientos verbales se hacen preguntas y peticiones, se argumenta y se disiente, se dan órdenes e instrucciones, se aportan conocimientos y se habla de uno mismo. Tiene componentes tanto lingüísticos (vocabulario y sintaxis) como paralingüísticos (prosodia, tono y volumen de la voz), y las claves para una adecuada comunicación verbal son no interrumpir, escuchar de forma activa (p.ej. parafrasear, empezar frases o empatizar con el interlocutor y comunicarse de forma asertiva, evitando los dobles sentidos, realizar promesas, dar información privilegiada o tener un trato selectivo con la otra persona, ya sean deportistas, familias u otros agentes del contexto deportivo.

Por otro lado, la comunicación no verbal, también llamada lenguaje corporal, se compone de un conjunto de conductas que acompaña a la comunicación verbal. Es importante a la hora de relacionarse, puesta, que comunica afecto, actitudes y emociones; sirve como complemento y apoyo al mensaje verbal, e incluso se puede utilizar de forma aislada para expresar información. Incluye un componente gestual/corporal, uno simbólico y otro contextual.

La información que se aporta tanto desde la comunicación verbal como desde la no verbal es complementaria. Es adecuado que el mensaje enviado desde ambos tipos de comunicación sea coherente. En el caso de que sean diferentes, hacemos más caso a la comunicación no verbal.

Elementos facilitadores y obstáculos en la comunicación

Existen aspectos o acciones que mejoran la comunicación y que se muestran a continuación:

- Tomar turnos de palabra en la conversación
- Elegir el momento y lugar adecuado para la conversación
- Sentirse a gusto y cómodo
- Valorar explícitamente la comunicación
- Repetir parte de lo escuchado
- Hacer un resumen de los últimos argumentos emitidos
- Comprobar la comprensión de nuestro mensaje

No obstante, también existen obstáculos que impiden que el mensaje fluya adecuadamente, es decir, circunstancias que pueden paralizar, detener o impedir el proceso comunicativo y la relación personal que se establece:

- Mala elección del momento y/o lugar
- Estados emocionales
- No escuchar activamente
- No empatizar
- No hacer preguntas abiertas o específicas
- Intentar imponer las cosas
- No expresar claramente nuestros deseos u opiniones
- Emitir mensajes contradictorios
- No aceptar críticas
- Hablar de forma que el interlocutor no te entienda (p.ej. tecnicismos)
- Acusaciones, amenazas, reproches
- Etiquetas o generalizaciones

BLOQUE 2. Estrategias prácticas

Establecer una buena relación y comunicación con deportistas y familias es fundamental para managers y entrenadores, facilitando el tener un buen ambiente de trabajo y mejora la motivación y cohesión. Por ello, a continuación se mostrarán diferentes estrategias prácticas que pueden ser aplicadas por managers y entrenadores y entrenadoras para mejorar y potenciar las relaciones interpersonales con deportistas y familias, así como para facilitar la inclusión de los atletas.

1. Estrategias para managers y equipo técnico

Estas estrategias pueden ser empleadas tanto por managers como por entrenadores, y están relacionadas con la generación de un clima grupal adecuado con las personas deportistas, con la interacción y comunicación con las familias y con las relaciones interpersonales con los atletas.

1.1. Estrategias relacionadas con el clima grupal

Para mantener una comunicación e interacción interpersonal adecuada, los responsables de grupo (ya sean managers o entrenadores) deberían:

- Fomentar un entorno seguro, física y psicológicamente.
- Satisfacer las necesidades psicológicas básicas de las personas deportistas.
- Proporcionarles una supervisión adecuada.
- Interesarse por los problemas que puedan tener las personas deportistas mediante charlas informales con cada uno de ellos (p.ej. dificultades en la escuela, problema con familia o amigos, relaciones con los compañeros, integración en el grupo...).
- Establecimiento de normas, expectativas y responsabilidades para hacer a las personas deportistas responsables de sus actos, discutiendo y determinando las consecuencias de comportamientos inapropiados.

1.2. Estrategias relacionadas con la interacción y comunicación familiar

Con el objetivo de mantener una adecuada interacción con las familias de las personas deportistas, managers y entrenadores y entrenadoras pueden llevar a cabo diversas acciones:

- Saludarse y despedirse de ellos en los entrenamientos/competiciones.
- Interesarse por ellos y por sus hijos/familiares.
- Darles información que les pueda interesar (p.ej. horarios, charlas, reuniones...).
- Comentar el progreso de las personas deportistas aludiendo a los aspectos positivos y, si se da el caso, de las posibles conductas negativas, intentando aportar pautas para que puedan trabajarlas en casa.
- Dar opciones de reunión individual para comentar cualquier aspecto con más detalle.
- Establecer roles de responsabilidad entre todos los familiares del grupo (p.ej. delegado del grupo, responsable de actividades extradeportivas, responsable fotográfico...).
- Animar a la participación en actividades deportivas y extradeportivas que creen cohesión grupal y fomenten la interacción entre ellos (p.ej. partido padres/madres-hijos/as, ir a ver un partido de alto nivel, comidas...).

1.3. Estrategias relacionadas con la relación con las personas deportistas

Para afianzar y mejorar la relación con las personas deportistas, managers y entrenadores y entrenadoras pueden:

- Servir de ejemplo de comportamiento (ser paciente con los/las atletas, tener expectativas realistas, mostrar respeto a todos los agentes implicados en el contexto deportivo, comunicarse de forma clara y concisa, ver los errores como una oportunidad de aprendizaje...).
- Fomentar las relaciones interpersonales positivas de los/las deportistas con otros agentes sociales (p.ej. padres, iguales).
- Hacer un esfuerzo consciente para conectar con los/las atletas en cuestiones vitales dentro y fuera del deporte, siendo cercanos, sinceros y preocupándose por ellos, aceptando sus perspectivas y valores, mostrándoles empatía y dejándoles claras sus expectativas.
- Motivar a los/las deportistas para que intenten aplicar lo aprendido en los entrenamientos dentro y fuera del contexto deportivo, dándoles refuerzos positivos cuando lo hagan con éxito.

2. Estrategias específicas para managers

Estas estrategias están planteadas para su utilización por parte de managers, y están enfocadas principalmente en la comunicación e interacción con la familia de las personas deportistas y con otros agentes sociales de la comunidad a la que pertenecen.

- Plantear una reunión inicial con las familias-tutores en la que se expongan la filosofía deportiva del club/equipo, la importancia de su papel, la información general (p.ej. material deportivo que necesitan las personas deportistas, horarios, calendarios, etc.) y la motivación del manager y del equipo técnico para desempeñar su puesto. También es importante solicitar su participación en diferentes tareas o roles de responsabilidad, abrir un turno de preguntas y agradecer su participación.
- Seguir unas líneas de actuación con respecto a las reuniones con las familias-tutores: hacerles llegar notas informativas con la importancia y datos de la reunión (lugar, hora, orden del día y contacto); llevar a cabo las reuniones en horarios que permitan la mayor asistencia posible de familias-tutores y en estancias cómodas y relajadas; ser puntuales; utilizar algún soporte audiovisual como guía de las reuniones; y plantear una distribución espacial de los asistentes que permita contacto visual entre ellos y con el manager.
- Forjar lazos con familias-tutores y otros agentes sociales miembros de la comunidad a la que pertenecen las personas deportistas (p.ej. profesorado).

3. Estrategias específicas para equipo técnico (entrenadores y entrenadoras)

El objetivo del entrenador/a no debe ser solo mejorar las habilidades deportivas, sino también contagiar entusiasmo y estimular la práctica deportiva; ayudar a progresar, a superarse y a mantener una actitud positiva y proactiva; fomentar unas buenas relaciones con y entre los jugadores y jugadoras; enseñar a respetar al rival, al árbitro y al público; inculcar una forma de proceder donde el respeto a la persona haga inviable la violencia, el racismo, la homofobia, la discriminación y cualquier expresión de intolerancia; en definitiva, que promueva el esfuerzo y el desarrollo personal por encima de los resultados. Existen muchas estrategias que los entrenadores y entrenadoras pueden seguir para favorecer todo lo anterior y, especialmente, la comunicación e interacción con las personas deportistas:

- Mantener de forma rutinaria rituales de cortesía, saludando a las personas deportistas antes y después de la sesión, a las familias-tutores y al resto de agentes implicados en el contexto deportivo.
- Utilizar un lenguaje respetuoso, preciso y ajustado, evitando un tono agresivo, insultos, menosprecios o descalificaciones. Tampoco se debería permitir que los atletas utilicen un lenguaje inapropiado.
- Mantener un equilibrio en el trato al grupo, dando un trato cercano a la vez que se asume la responsabilidad y autoridad propias de un entrenador. Para ello, debería interesarse por todos los integrantes del grupo, preocupándose de los que no asisten o de los lesionados, promoviendo la participación de todos (p.ej., utilizando reglas de provocación).
- Promover el diálogo con el grupo, preguntando por sus intereses y problemas, atendiendo sus dudas, reforzando sus aportaciones y escuchándolos activamente.
- Fomentar las relaciones entre los propios atletas para desarrollar un sentimiento de pertenencia al grupo y, por ende, aumentar la motivación y el compromiso.
- Crear un clima orientado a la maestría (esto es, buscar un fin específico en las lecciones y orientar instrucciones y feedbacks constructivos hacia éste, favoreciendo el proceso sobre el resultado), dando a las personas deportistas un razonamiento lógico para las decisiones y dejándoles elegir entre diferentes tipos de tareas, teniendo en consideración sus puntos de vista.
- Proporcionar a los integrantes del grupo una definición estructurada de las habilidades que se tenga por objetivo para que la puedan entender, y dedicar tiempo durante la práctica para hablar de ellas y de su importancia.
- Establecer una rutina de 5 minutos de reflexión para que las personas atletas se expresen, recapaciten sobre lo que han hecho durante la sesión, lo que ha ido bien o se podría mejorar y cómo se han sentido.
- Emplear estrategias de resolución de conflictos, haciendo partícipes a las propias personas deportistas de este proceso. En el siguiente apartado se profundiza en estas estrategias.

Estrategias para la resolución de conflictos

El conflicto es *“una discordancia entre las necesidades, las tendencias, los intereses tangibles o los valores propios de las personas que interactúan en un contexto concreto”* (Ruiz Omeñaca, 2004, p. 103), propiciada por la interdependencia entre personas y por la incompatibilidad entre sus objetivos. El conflicto es un elemento consustancial a la convivencia de los seres humanos, y según el fin con el que se plantee y la forma de afrontarlo, podrá convertirse en un motor del desarrollo personal y en un dinamizador de las relaciones humanas.

La resolución de conflictos se podría definir como el proceso cognitivo-afectivo-conductual a través del cual el individuo, o un grupo, identifica o descubre los medios efectivos de enfrentarse con los problemas que se encuentra en la vida de cada día. Es fundamental que managers, equipo técnico y las propias personas deportistas sepan cómo resolver de forma autónoma los conflictos que puedan surgir en la práctica deportiva. Para ello, la persona responsable del grupo debe actuar como un mentor o mediador, promoviendo un clima democrático basado en normas de convivencia previamente pactadas con el grupo, utilizando el diálogo como principal herramienta para resolver el conflicto.

En un conflicto se puede actuar de diversas formas (actitud de afrontamiento), recogidas en la Tabla 1. El objetivo al resolver un conflicto debería ser actuar utilizando estrategias de colaboración o negociación, evitando imponer, eludir y ceder, ya que generan situaciones de desequilibrio y no cuidan las relaciones de convivencia en el equipo.

Tabla 2. Formas de actuar durante un conflicto

Actuación	Balance en las relaciones	Perspectiva social	Balance en el resultado
Imponer	Superioridad / Inferioridad	Nula atención a las relaciones de convivencia	Yo me beneficio / tú resultas perjudicado
Eludir	Inferioridad / Superioridad	Escasa o nula atención a las relaciones de convivencia	Yo resultado perjudicado / tú te beneficias
Ceder	Inferioridad / Superioridad	Se atiende a la convivencia hasta el punto de renunciar a otros objetivos	Yo resultado perjudicado / tú te beneficias En ocasiones acepto lo que creo que es justo
Buscar ayuda externa	Incierto	Varía en función de las circunstancias	Incierto
Negociar	Igualdad	Se presta atención a las relaciones de convivencia	Tú y yo obtenemos un beneficio, si bien cedemos en parte
Colaborar	Igualdad	Se presta atención a la convivencia buscando el beneficio común	Tú y yo nos beneficiamos

A continuación, se plantean acciones que los managers o el equipo técnico pueden llevar a cabo para solucionar acciones disruptivas de una persona deportista o para resolver conflictos entre varios jugadores y jugadoras (Tabla 3).

Tabla 3. Estrategias para managers y entrenadores

Estrategia	Descripción
Tiempo para la reflexión	<p>Ante una acción disruptiva, se les da un tiempo para pensar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • El jugador o jugadora se sale de la actividad y tiene un tiempo para reflexionar sobre el sentido de su comportamiento. • Regresa a la actividad cuando se encuentre en condiciones de volver a participar, respetando las normas de convivencia y con el visto bueno del entrenador. • Se puede hablar con el jugador o jugadora antes de incorporarse, para que nos diga que ha pensado sobre lo ocurrido y que va a hacer al respecto, así como para que el entrenador o entrenadora lo apoye o reorienta.
Plan de modificación	<p>Entre el entrenador/a y el jugador o jugadora se establece un plan para modificar las conductas no deseadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fuera de la sesión, el entrenador o entrenadora mantiene una reunión con el jugador o jugadora en la que se siguen los pasos de la resolución de conflictos para buscar el compromiso con la solución acordada. • Se recomienda firmar un contrato y poner una fecha de revisión. • Es necesario evaluar el cumplimiento y la efectividad del plan, y, si no funciona, buscar otro.
Banco hablador	<p>Los jugadores/as implicados en el problema salen de la actividad y se centran en resolver el conflicto de forma autónoma. Si no son capaces el entrenador/a u otro jugador o jugadora interviene como mediador.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar los pasos para la resolución de un conflicto.
Junta deportiva	<p>Se establece una junta de jugadores/as que ejercen como mediadores para facilitar la resolución del conflicto.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se puede emplear cuando hay un problema en el que dos jugadores/a no son capaces de solucionar por sí mismos, o afecta a gran parte de la clase. • Se establece un jurado con 3 jugadores/as que intervienen como mediadores. • Se puede incorporar al resto del grupo, realizando un gran debate con abogados/as o jurado popular.
Plan de emergencia	<p>Consiste en tomar una decisión, una decisión drástica, con la finalidad de llegar a un acuerdo y que no se alarguen las discusiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se puede utilizar si el problema no se resuelve mediante la cooperación/negociación. • Generalmente, se echa a suertes o se toma una decisión salomónica. • Los jugadores/as se comprometen a cumplir las pautas de convivencia establecidas por el entrenador. • Es la estrategia que menos contribuye al desarrollo de la autonomía de la persona deportista, por lo que se debe emplear lo menos posible, pero en ocasiones es necesaria para mantener una atmósfera positiva en el grupo.

En conjunto con las estrategias anteriores, managers y entrenadores/as también pueden seguir (y enseñar a las personas deportistas) los diferentes pasos para la resolución de conflictos, que se muestran en la Figura 12 y en la Tabla 4.

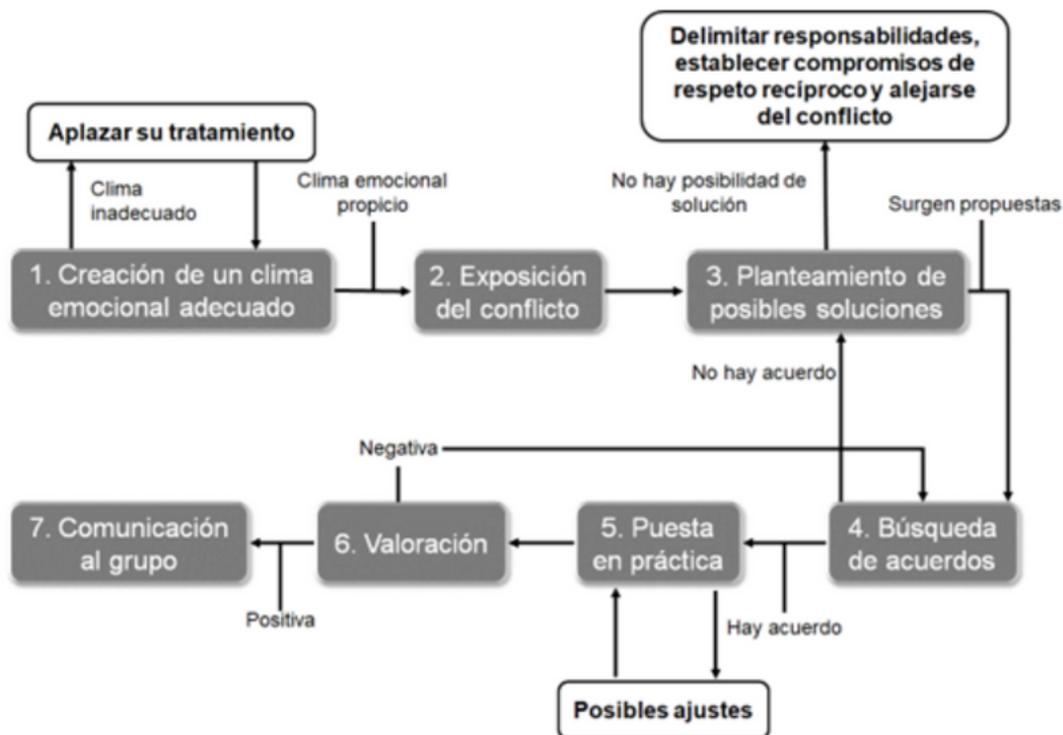


Figura 12. Pasos para la resolución de conflictos. Fuente: Adaptado de Caballero-Blanco (2012), Caballero-Blanco & Delgado-Noguera (2014), Ruiz Omeñaca (2004) y Vizcarra (2004)

Tabla 4. Desarrollo de los pasos para la resolución de conflictos

Paso	Objetivos	Implicados	Mediador
Creación de un clima emocional adecuado	Rebajar el clima emocional propio de la situación. Crear las condiciones para que las partes implicadas puedan expresar sus sentimientos de forma positiva.	Expresan sus emociones y sus sentimientos de forma efectiva y no violenta.	Pone freno a las respuestas violentas. Orienta la emocionalidad hacia cauces de expresión racional.
Exposición del conflicto	Poner en común las percepciones sobre lo ocurrido	Explican que ha sucedido	Regula la alternancia en el turno de palabra. Parfrasea a los interlocutores. Sintetiza posturas
Planteamiento de posibles soluciones	Plantear las alternativas que pueden dar solución al conflicto	Proponen alternativas constructivas que den solución al conflicto planteado	Resume y clarifica propuestas. Repara en las necesidades comunes
Búsqueda del acuerdo	Elegir entre las personas implicadas la solución que proporcione beneficios a todos o, la que proporcione un equilibrio aceptable entre lo que se cede y lo que se obtiene.	Seleccionan la alternativa más beneficiosa siendo, también, sensibles a las necesidades de la otra parte.	Insta a las partes a optar por la propuesta que satisfaga las necesidades de todos. Resume los compromisos asumidos por las partes.
Puesta en práctica del acuerdo	Poner en marcha lo acordado contando con el compromiso de las partes de cumplir con lo pactado	Ponen en marcha la solución. Cumplen con su parte del compromiso.	Puede verificar si durante la puesta en práctica del acuerdo las partes cumplen con su compromiso.
Valoración	Analizar el grado en que se ha puesto en práctica lo acordado. Valorar el acuerdo como medio para la superación del conflicto.	Manifiestan su grado de satisfacción con el acuerdo y con el modo en que se ha puesto en práctica.	Puede proponer a las personas implicadas que valoren el acuerdo y su puesta en práctica.
Comunicación al grupo	Compartir con los miembros del grupo cuál ha sido el origen del conflicto, de qué modo se ha abordado, que soluciones se han adoptado y de qué forma han satisfecho los intereses de todas las partes. Ofrecer al grupo claves para la resolución del conflicto.	Explican a sus compañeros los aspectos reseñables en relación con el modo en que han afrontado el conflicto.	Puede animar a explicar a los demás lo sucedido. Trata de agilizar el proceso. Sintetiza centrándose en los elementos más destacados desde una perspectiva educativa.

BLOQUE 3. Casos prácticos

A continuación se presentan dos casos prácticos. Si eres manager, completarás el primer estudio de caso; si eres entrenador, puedes pasar a la página siguiente y completar el segundo estudio de caso.

Caso práctico para managers

Llevas varios años siendo el/la manager de un club deportivo de voleibol, en el que habitualmente hay 14 equipos de diferentes categorías y géneros. Este año el Ayuntamiento os ha cedido una nueva instalación, y se decide crear un nuevo equipo infantil (12-14 años). Un mes antes de comenzar la temporada, se cierran las inscripciones para ese nuevo equipo, compuesto por 15 jugadoras de primer y segundo año que nunca habían formado parte del club. Dentro de este grupo, hay 4 chicas en riesgo de exclusión social y tres extranjeras (dos marroquíes y una latinoamericana). Como manager:

- ¿Cuáles serían los pasos que darías una vez conocida la composición de los equipos?
- ¿Qué acciones específicas realizarías en relación a las chicas en riesgo de exclusión? ¿Y con respecto a las tres extranjeras?
- ¿Qué acciones realizarías en el día a día de ese equipo para mantener una comunicación adecuada con deportistas y familias?
- ¿A qué otros agentes sociales podrías intentar implicar?

Caso práctico para entrenadores y entrenadoras

Eres el entrenador/a del nuevo equipo del club mencionado en el caso práctico anterior, y es tu primera experiencia dirigiendo esta categoría. Como entrenador/a:

- ¿Cómo iniciarías el contacto con el equipo (deportistas y padres/madres/tutores)?
- ¿Qué acciones específicas realizarías en relación a las chicas en riesgo de exclusión? ¿Y con respecto a las tres extranjeras?
- ¿Qué acciones realizarías en el día a día de ese equipo para mantener una comunicación adecuada con deportistas y familias?
- Un día, surge un conflicto entre una de las chicas en riesgo de exclusión y otra compañera de nivel socioeconómico medio-alto, en la cual la segunda llama a la primera "pobre de mierda". ¿Qué pasos o acciones específicas seguirías para resolver este conflicto?

Respuestas orientativas

Managers: En la primera pregunta, debería aludirse a las diferentes estrategias expuestas en el bloque 2, y más específicamente a las relacionadas con los/las managers. De esta forma, se podría incluir como respuesta el llevar a cabo una reunión inicial con las familias, siguiendo las líneas de actuación planteadas en el bloque 2. En la segunda pregunta, se podría hablar de concertar reuniones individuales con esas familias por separado, así como con las propias jugadoras para interesarse por ellas y por su situación. En la tercera pregunta, se podrían incluir cualquiera de las estrategias (idealmente, todas) planteadas en las estrategias para managers y entrenadores/as, argumentando cómo se llevarían a cabo. Por último, en la cuarta pregunta se podría argumentar qué otros agentes sociales podrían implicarse (p.ej. profesores) y los mecanismos que se seguirían.

Entrenadores: En la primera pregunta, se podría hablar también de realizar una reunión inicial con las familias, en la que podría estar también el/la manager, y otra solo con las deportistas, siguiendo las pautas previamente descritas. En la segunda, se podrían hacer reuniones individuales con esas familias por separado, así como con las propias jugadoras para interesarse por ellas y por su situación; también se podrían emplear reglas en los propios entrenamientos que sirvan como inclusión de estas chicas en las tareas, o incluir alguna norma de convivencia en relación a este tema. En la tercera pregunta, se podrían incluir cualquiera de las estrategias (idealmente, todas) planteadas en las estrategias para managers y entrenadores y entrenadoras y en las específicas para entrenadores, explicando cómo se desarrollaría cada una de ellas. En la cuarta pregunta, se debería explicar paso a paso cómo se actuaría para resolver el conflicto, aplicando los pasos de la figura 2 y de la tabla 3 y especificando si se utilizaría alguna estrategia específica.

PARA SABER MÁS

Sport Information Resource Centre (Canadá)

Actions speak louder than words: Non-verbal communication in sport. Disponible en: <https://sirc.ca/blog/non-verbal-communication-in-sport/>

Qué significa la comunicación para un entrenador/a

Parte del libro "Sport Psychology for coaches", de Damon Burton & Thomas Raedeke (2008). Disponible en: <http://www.humankinetics.com/excerpts/excerpts/what-communication-means-for-a-coach>

3.4. Módulo 4. Dinámicas de grupo en jóvenes deportistas

INTRODUCCIÓN

Desde el nacimiento, todo ser humano es por naturaleza un ser social que experimenta una gran diversidad de relaciones interpersonales, con los beneficios psicológicos y emocionales que ello conlleva. Durante las siete fases del desarrollo humano (fase prenatal, infancia, niñez, adolescencia, juventud, adultez, ancianidad), las personas intercambian relaciones, significados y emociones fruto de un proceso de alfabetización relacional y emocional (Roffey, 2008).

En esta línea, la dimensión social que se vincula con la práctica deportiva de las personas jóvenes adquiere un especial interés para las entidades deportivas/clubs sensibles con la inclusión social de la población más vulnerable. En primer lugar, y tal y como se ha comentado en módulos anteriores, de la práctica deportiva se pueden obtener un conjunto de ventajas sociales indispensables para este colectivo, como la mejora de las habilidades-relaciones sociales y de la comunicación interpersonal (capital social) (Bourdieu, 1991). En segundo término, porque algunos factores sociales, como la diversión, la amistad (estar con un grupo de amigos y amigas) y la afiliación (necesidad de formar parte de un grupo y/o un equipo), entre otros motivos, suelen justificar los niveles de adherencia que presentan las personas jóvenes hacia la práctica deportiva. Y finalmente, porque la conexión social es indispensable a la hora de mantener la motivación intrínseca hacia algo (en este caso el deporte) según la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (1985)¹. En definitiva, la dimensión social en el deporte se presenta como un binomio inseparable al que prestar una atención especial (Figura 13).

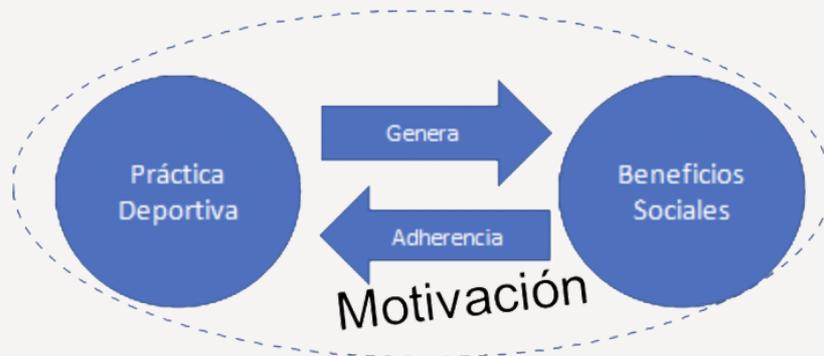


Figure 13. El binomio de la dimensión social en el deporte. Elaboración propia

3. Deci, EL & Ryan, RM (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour. New York: Plenum Press.

Ante esta realidad, los entrenadores y entrenadoras deben ser capaces de analizar cómo son las características y las dinámicas de sus grupos-equipos, además de potenciar la existencia de unos adecuados niveles de cohesión; sobre todo por los grandes beneficios que se le asocia.

Objetivos principales del módulo 4:

- Reflexionar sobre las dinámicas de grupo en los equipos donde participan jóvenes deportistas:
 - Analizar las características básicas de un grupo-equipo eficaz
 - Profundizar sobre las dinámicas de grupo y el concepto de cohesión grupal
 - Conocer los niveles de cohesión grupal a través de un sociograma o el análisis de las percepciones de los jugadores y jugadoras implicadas

BLOQUE 1. El grupo - equipo

Pertenecer a un grupo donde poder estar con amigos y amigas, en un ambiente lúdico y divertido, es imprescindible para que las personas jóvenes alcancen un adecuado bienestar personal y psicológico. Al mismo tiempo, estas razones se consideran determinantes a la hora de iniciar la afiliación o mantener la adherencia a un club-equipo deportivo (Smith, 2007), ya sea de carácter individual (natación, atletismo, etc.) o colectivo (fútbol, baloncesto, etc.).

Pero ¿qué se entiende por grupo-equipo? Pues se trata de una asociación de dos o más personas que interactúan entre sí, en ocasiones de una manera dependiente, en búsqueda de la consecución de un mismo objetivo, como podría ser la victoria en el plano deportivo de competición. Los grupos-equipos suelen estar integrados en una estructura social que incluye unas normas y roles (en ocasiones de propia creación), e incluso unos rasgos identificativos que lo diferencian de los otros (nombres, escudos, colores, etc.). En ocasiones, los grupos-equipos son tan importantes en las dinámicas sociales que incluso se crean barreras para formar parte de ellos (cuotas, pruebas de acceso, etc.) (Kim et al., 2021). A su vez, los grupos-equipos suelen incorporar subgrupos, sobre todo por motivos de afinidad, o simplemente por motivos técnicos-deportivos.

En esta línea, y debido a la complejidad global de los grupos-equipos, los entrenadores y entrenadoras se encuentran ante el desafío de mejorar las experiencias deportivas de las personas deportistas, maximizar la productividad del colectivo y conseguir guiarlo eficazmente hacia el éxito (deportivo, social, etc.) (Kim et al. 2021). Para ello, existen un conjunto de consideraciones clave relativas al desarrollo de grupos eficaces:

- **Atributos de los miembros:** los equipos se componen de personas con características individuales diversas: edad, sexo, origen étnico, personalidad (atributo más estudiado), etc. Conseguir integrar eficazmente estos atributos es esencial para el éxito, sobre todo en un marco de equidad e igualdad de oportunidades. Las investigaciones existentes hasta el momento son ambivalentes en cuanto a la edad, el sexo y el origen étnico. En cambio, sobre la personalidad, los grupos más eficaces son aquellos que contienen un equilibrio entre individuos agradables-extrovertidos y desagradables-introvertidos.
 - Tal y como se reflejan en varias historias reales plasmadas en el cine, como por ejemplo INVICTUS o TITANES HICIERON HISTORIA la dirección de equipos multiculturales no siempre es una tarea sencilla.
- **Estructura del grupo:** para aprovechar las potencialidades de cada persona es recomendable que los jugadores y jugadoras asuman diferentes roles informales de carácter positivo (más allá de los deportivos), como el de auxiliar, dinamizador/a social, comediante, motivador/a, mentor/a, cooperador/a. Tener claro sus funciones asociadas y su cumplimiento, mejoran la autoeficacia y la satisfacción. Los roles negativos (distractor/a, tramposo/a, holgazán, etc.) deberían ser identificados y eliminados (Cope et al., 2011).
 - El modelo de Educación Deportiva propuesto por Daryl Siedentop (ver Módulo 5) puede servir de ejemplo en cuanto a la creación de roles se refiere.
- **Procesos de grupo:** ya que en los equipos tienen lugar múltiples relaciones individuales, generar procesos de preparación (qué debemos hacer, cuáles son nuestros roles y objetivos, etc.), ejecución, evaluación (revisión y análisis de las actuaciones) y ajuste (incorporación de cambios y mejoras), podrían maximizar las posibilidades de éxito general y las experiencias positivas de cada integrante (sobre todo en deportes competitivos).
- **Estados emergentes del grupo:** corresponden a las percepciones afectivas y cognitivas sobre el grupo y los compañeros y compañeras. La optimización de estos estados incide en la dinámica de los grupos y en su cohesión (ver Bloque 2).

Junto con lo anterior, los entrenadores y entrenadoras que deseen formar grupos óptimos deberían, siempre que sea posible:

- Escoger a los individuos de cada equipo de manera deliberada y no de modo aleatorio, atendiendo a los diferentes atributos de los miembros y los roles informales que manifiestan.

- Establecer roles claros, consensuados, e incluso rotatorios (como el de la capitánía), además de la existencia de mentores que faciliten la incorporación de nuevos miembros.
- Vincular a otros miembros del club (personal administrativo, personas encargadas de la restauración, etc.) y otras organizaciones del entorno-comunidad.
- Aplicar estrategias y dinámicas de grupo durante toda la vida del grupo, no solo al momento de su creación (ver Bloque 2).

ACTIVIDAD

- Visualiza este corto de Tyler Waye titulado “El poder del Equipo” y reflexiona: <https://www.youtube.com/watch?v=8PAnd4fVpxs>

BLOQUE 2. Dinámicas de grupo y cohesión grupal

Las dinámicas que tienen lugar entre los diferentes equipos guardan una estrecha relación con la dirección de los clubs, los equipos técnicos, las personas deportistas y sus familias o tutores y tutoras. Como buena práctica, estos agentes deben coordinarse y alinearse para poder experimentar una sinergia saludable. La falta de comunicación o la existencia de unos intereses contrapuestos (competitividad vs. participación, por ejemplo) dan lugar a expectativas conflictivas. Por este motivo, la identificación de unos principios o valores deseados, y la alineación de estos con las acciones prácticas demostradas, podrían garantizar una cultura grupal estable. Por ejemplo, si una entidad deportiva tiene como lema “La victoria de los valores”, se entiende que todos los agentes pertenecientes a dicha entidad deben apostar y reflejar una verdadera educación en valores en cada una de sus acciones (Figura 14).



Figura 14. “La victoria de los valores”. Lema oficial de un club de fútbol. Fuente: fcsantquirze.com

A su vez, y dentro de los equipos, las relaciones grupales deben caracterizarse por el apoyo mutuo, independientemente de los niveles de rendimiento. En comparación con los equipos segregados por nivel que conviven en un ambiente de competitividad, los grupos inclusivos presentan mejores dinámicas grupales y unos elevados niveles de cohesión. En este caso, de nuevo aparece la creación de roles como elemento destacado.

En cuanto al papel de los entrenadores y entrenadoras, para favorecer la existencia de unas adecuadas dinámicas grupales se recomienda:

- La creación de unas normas y valores que promuevan la unidad y la conciencia de grupo, independientemente de la pertenencia a un subgrupo.
- La comprensión de los rasgos de personalidad y valores de todos los miembros del equipo.
- La facilitación de los procesos de comunicación entre técnicos y jóvenes deportistas, a la hora de resolver dudas (claridad de los roles, conformidad de las normas), o la denuncia de algunas situaciones nocivas, ya sea de manera pública o privada (buzones anónimos) (ver Módulo 3).
- La organización de reuniones de equipo auténticas e inclusivas de carácter festivo (excursiones, celebración de aniversarios, etc.).
- La aplicación sistemática de dinámicas grupales de carácter lúdico, alejadas de la técnica deportiva de la modalidad deportiva en cuestión, con la intención de potenciar la interacción grupal en un ambiente divertido.
- Die Beseitigung möglicher Neulinge.

Llegados a este punto, cabe resaltar que los equipos que mantienen unas adecuadas dinámicas grupales suelen poseer un nivel de cohesión positivo. Pero ¿qué se entiende por cohesión?

La cohesión es el estado emergente más estudiado y complejo de las dinámicas de grupos deportivos, y el cual “refleja la tendencia de un grupo a permanecer unido en la persecución de sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros” (Carron, Bradwley y Widmeyer, 1998:213). Entre sus beneficios se encuentran (Spink, 2020): a) el incremento de la motivación, la adhesión y la satisfacción personal; b) la mejora de las habilidades sociales; c) el descenso del estrés y la holgazanería; y d) el aumento del rendimiento de equipo (sobre todo en equipos femeninos).

Finalmente, la cohesión se concibe como un constructo multidimensional, compuesto por aspectos individuales y grupales (menos válidos en niños y niñas de corta edad); y por aspectos sociales y de tarea. Al ser esta última la opción más válida en menores, en la Tabla 1 se presentan las definiciones de “cohesión social” y “cohesión hacia la tarea”.

Cohesión social	Cohesión sobre la tarea
Refleja la orientación de los miembros del equipo hacia el desarrollo y el mantenimiento de las relaciones sociales dentro del equipo	Se refiere a la voluntad del grupo de trabajar juntos para conseguir los objetivos de equipo

Tabla 5. Definiciones de la dimensión social y de tarea del concepto cohesión

ACTIVIDAD

- Visualiza el video y aprende a realizar un sociograma en tu equipo. Sigue las instrucciones y atrévete a conocer cómo son las relaciones grupales entre tus jugadores y jugadoras
 - Link video
 - Link Materials (ANNEX X)

BLOQUE 3. Indicadores de equipos cohesionados y no cohesionados

Son múltiples las investigaciones centradas en analizar los grados de cohesión que presentan los diferentes equipos, sobre todo en edades infantiles. Sin embargo, la investigación de Martin et al. (2011) es una de las más importantes, puesto que revela las percepciones de las personas deportistas sobre cuáles son los indicadores que se asocian a un equipo cohesionado en comparación con uno que no lo está (Tabla 6).

Indicadores de equipo cohesionado			
Cohesión hacia la tarea		Cohesión social	
Trabajar juntos	Hablar las cosas (comunicación)	Eliminar conflictos	Relacionarse fuera del deporte
Eliminar conflictos	Mostrar apoyo mutuo	Divertirse en y con el grupo	Evitar exclusiones
Compartir la culpa	No ser egoístas	Ser buenos amigos	Llevarse bien y respetarse
Indicadores de equipo no cohesionado			
Cohesión hacia la tarea		Cohesión social	
No trabajar juntos	Presencia de conflictos	Presencia de conflictos	Excluir a la gente
No compartir la culpa	Existencia de egoísmo	No llevarse bien	

Tabla 6. Indicadores de cohesión y no cohesión de un equipo deportivo según Martin et al. (2011).

ACTIVIDAD

Tras la revisión de estos indicadores, se propone la siguiente tarea: ¿Sabes qué piensan tus jóvenes deportistas sobre los niveles de cohesión de sus equipos? Con la siguiente tarea se pretende explorar las percepciones de los participantes sobre el grado de cohesión grupal del equipo y los indicadores de los equipos cohesionados y los no cohesionados, además de los métodos para desarrollar la cohesión en los equipos. Reúne a tus jugadores y jugadoras (recomendable para niños y niñas de más de 10 años de edad) en un espacio amplio y tranquilo. Ofrece a cada uno de ellos un bolígrafo y un folio con las siguientes preguntas (tarea anónima):

Pensando en tu equipo,

1. ¿Cómo valorarías el nivel de cohesión de tu equipo?
2. ¿Qué crees que ocurre en un equipo cohesionado?
3. ¿Qué crees que ocurre en un equipo no cohesionado?
4. ¿Cómo crees que se podría aumentar el nivel de cohesión de un equipo?

Posteriormente, recopila las respuestas de cada pregunta y analiza sus significados. Agrupa las frases en función de su relación con los niveles de “cohesión hacia la tarea” o de “cohesión social”. Posteriormente, agrupa las frases por su similitud en cuanto a las temáticas. Por ejemplo, cinco frases hablan de “presencia de conflictos”, doce hablan de “diversión”, etc. Finalmente, revisa todos los resultados y compara con la tabla anterior. ¿Cómo es el nivel de cohesión de tu equipo y cuáles son los indicadores detectados por los jugadores y jugadoras? Reflexiona al respecto.

PARA SABER MÁS

Para el análisis de los niveles de cohesión grupal también existen diferentes cuestionarios validados. Si te interesa la temática y quieres profundizar algo más, aquí aparecen los enlaces de los cuestionarios más utilizados.

- Cuestionario de ambiente grupal [GEQ] (Carron, Widmeyer y Brawley, 1985). Disponible aquí: http://sportpsych.mcgill.ca/pdf/coaching/Group_Environment_Questionnaire%20GEQ_%202_.pdf
- Youth Sport Environment Questionnaire [YSEQ] (Eys, Loughead, Bray y Carron, 2009). Disponible aquí: https://scholars.wlu.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=1002&context=kppe_faculty

3.5. Módulo 5. Justicia Social y Pedagogía Crítica

INTRODUCCIÓN

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas reconoce al deporte como un importante facilitador del desarrollo sostenible, reconociendo su creciente contribución al desarrollo de la paz en su promoción de la tolerancia y el respeto, además de otras contribuciones hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Por ejemplo, el deporte puede contribuir a la promoción de la salud y el bienestar (Objetivo 3), la igualdad de género (Objetivo 5) y la reducción de las desigualdades (Objetivo 10). Sin embargo, el deporte por sí mismo no promueve la justicia social ni defiende los derechos humanos. El deporte puede perpetuar el racismo y la homofobia, entre otras formas de marginación y exclusión.

Ante esta realidad, el rol de los diferentes agentes deportivos-educativos es fundamental, puesto que además de la enseñanza de las diferentes técnicas deportivas, tienen el desafío de educar y formar en la solidaridad, el respeto, la tolerancia, la concordia y la convivencia en paz. Por ello, con la incorporación de la “Pedagogía Crítica” en el deporte se busca la existencia de unos profesionales críticos que sean capaces de: a) reflexionar sobre sus propias creencias y estereotipos; b) cuestionar, repensar y rediseñar las intervenciones hacia prácticas más inclusivas y socialmente más justas, y c) transformar el deporte para alcanzar valores más educativos y reducir las desigualdades existentes.

Con profesionales comprometidos con la justicia social y la transformación social, el deporte puede ser un agente de inclusión social que ayude a superar las situaciones de desigualdad y discriminación en nuestras sociedades. Ante este panorama, ¿quieres convertirte en un verdadero agente de cambio? ¿Estás dispuesto a reflexionar sobre tus propias creencias? ¿Quieres promover la justicia social a través de tu deporte o de tu organización?

Main objectives of module 5:

- Reflexionar sobre el papel del deporte y la función de los agentes deportivos en la defensa de los derechos humanos y la justicia social.
 - Conocer los principales conceptos clave relacionados con el tema.
 - Analizar algunas de las buenas prácticas existentes, así como algunas metodologías específicas para la promoción de la inclusión social a través del deporte.

BLOQUE 1. Aproximación conceptual

En este capítulo introducimos algunos de los conceptos clave que serán los principios rectores más importantes para nosotros sobre la forma en que trabajamos en nuestros clubes deportivos, entre ellos a) justicia social; b) objetivos de desarrollo sostenible y derechos humanos; c) discriminación; d) diversidad; e) equidad, y f) inclusión.

a) Justicia Social

¿Sabías que las Naciones Unidas declaró el 20 de febrero como el Día Mundial de la Justicia Social? Tal y como subraya UNICEF, “la justicia social se basa en la igualdad de oportunidades y en los derechos humanos. Está basada en la equidad y es imprescindible para que cada persona pueda desarrollar su máximo potencial y para una sociedad en paz”. Del mismo modo, “la decisión de promover o de negar la justicia social está en manos de las personas, ya sea a escala individual, local, nacional o mundial”. Por esto mismo, la sociedad actual necesita de personas comprometidas, por ejemplo, contra la discriminación, la cual es una de las injusticias más comunes que reduce las posibilidades de desarrollo del potencial de las personas.

Dentro del ámbito deportivo, cualquiera de sus agentes (entidades, clubs, federaciones, entrenadores y entrenadoras, etc.) favorecerían la justicia social si, por ejemplo, facilitan el acceso a las personas que económicamente no pueden pagar la totalidad de las cuotas mensuales, o elaboran protocolos de detección y actuación hacia las situaciones de bullying, entre otras cuestiones

b) Objetivos de Desarrollo Sostenible y Derechos Humanos

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) son un llamamiento universal a la acción para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y mejorar la vida y las perspectivas de todos. Los 17 Objetivos fueron adoptados por todos los Estados miembros de la ONU en 2015 como parte de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, que estableció un plan de 15 años para alcanzarlos. Los cuatro objetivos en los que nos centraremos a lo largo de este módulo son la salud y el bienestar (ODS 3), la igualdad de género (ODS 5), la reducción de las desigualdades (ODS 10) y la promoción de sociedades justas, pacíficas e inclusivas (ODS 16).

Los Derechos Humanos son normas que reconocen y protegen la dignidad de todos los seres humanos. Estos derechos rigen la manera en que los individuos viven en sociedad y se relacionan entre sí, al igual que sus relaciones con el Estado y las obligaciones del Estado hacia ellos. Entre los 30 principales Derechos Humanos existentes se encuentra la no discriminación, el derecho a la educación, el derecho a la salud.

En este marco global, la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, elaborada por la UNESCO en 1979, otorga al deporte un papel relevante para promover valores humanos (respeto, solidaridad, tolerancia, etc.) y luchar contra cualquier tipo de discriminación y exclusión social. Tal y como señala este documento, “una de las condiciones esenciales del ejercicio efectivo de los derechos humanos depende de la posibilidad brindada a todos y a cada uno de desarrollar y preservar libremente sus facultades físicas, intelectuales y morales y que en consecuencia se debería dar y garantizar a todos la posibilidad de acceder a la Educación Física y al deporte” (pp, 32).

Llegados a este punto, ¿hasta qué punto las actuales entidades deportivas favorecen los Derechos Humanos y los ODS a través de la práctica deportiva?

c) Discriminación

La discriminación se produce cuando una persona, o un grupo de personas, recibe un trato menos favorable debido a sus antecedentes o a determinadas características personales. Esto se conoce como "discriminación directa". También existe discriminación cuando una norma o política irrazonable se aplica a todo el mundo, pero tiene el efecto de perjudicar a algunas personas debido a una característica personal que comparten. Esto se conoce como "discriminación indirecta". La discriminación puede ser contraria a la ley si se basa en: la edad, la discapacidad o la raza, incluyendo el color, el origen nacional o étnico o la condición de inmigrante; el sexo, el embarazo, el estado civil o la situación sentimental, las responsabilidades familiares o la lactancia; y la orientación sexual, la identidad de género o la condición de intersexual. Sin duda, la discriminación es una forma de violencia simbólica y cultural que favorece la segregación o expulsión de determinados grupos de personas. Más sobre discriminación: mira el siguiente video. <https://www.youtube.com/watch?v=da6UCBskqNk>

d) Diversidad

Aunque no existe una única definición de diversidad, debido a los diversos significados que existen, se entiende por diversidad a la variedad o diferencia. El término diversidad se refiere a las diferentes características de las personas que componen nuestra comunidad. Esto incluye el sexo (incluidos el masculino, el femenino y el no especificado), la edad, la raza (incluidas la nacionalidad, la etnia y el color), la cultura, la religión, la orientación sexual o la discapacidad. Dentro de las familias, los grupos de amigos y las comunidades locales podemos encontrar diversidad entre las personas. De hecho, la forma en que cada individuo se relaciona con estas características puede diferir.

Un individuo no se define por una sola de estas características. La diversidad es un punto fuerte de nuestra comunidad. También es la razón por la que las organizaciones deportivas deben ser inclusivas para conseguir que un amplio abanico de personas participe en el deporte. Entender que todo el mundo es diverso es una parte normal de los seres humanos, la sociedad y las culturas, y todos deberíamos acostumbrarnos a vivir en armonía con esta realidad. Es una forma de evitar pensar que lo diverso es algo negativo, lo que a menudo conduce a situaciones de exclusión y rechazo. Del mismo modo, la diversidad no es lo contrario de la igualdad: lo contrario de la diversidad es la similitud, y lo contrario de la igualdad es la desigualdad. Por lo tanto, no hay contradicción en defender la igualdad de los seres humanos y defender la diversidad.

e) Equidad

El término equidad hace referencia a la ecuanimidad y la justicia, y se distingue de la igualdad: mientras que igualdad significa proporcionar lo mismo a todos y a todas, equidad significa reconocer que no todas las personas partimos del mismo punto y debemos reconocer y ajustar los desequilibrios. El proceso es continuo y requiere que identifiquemos y superemos barreras intencionadas y no intencionadas derivadas de prejuicios o estructuras sistémicas. Tal y como se refleja en la figura 15, la equidad se consigue si la persona que más lo necesita puede contar con la ayuda suficiente, en este caso estructural y temporal, para estar en igualdad de condiciones que el resto.



Equality

Equity

Figure 15. Diferencias entre igualdad y equidad. Fuente: Play by the game.

f) Inclusión

El término inclusión se refiere a lo que hacemos para garantizar que nuestra comunidad diversa se vea reflejada en los participantes del deporte. Ser inclusivo significa ser proactivo en la forma en que planificamos, dirigimos y controlamos la oferta de oportunidades deportivas y recreativas para todos. La inclusión en el deporte significa que todos los miembros de nuestra diversa comunidad, independientemente de su sexo, edad, raza, cultura, religión, orientación sexual o capacidad, tienen la oportunidad de participar.

Una persona no se define por una sola característica, como su edad, afiliación religiosa u orientación sexual. Sin embargo, algunas comunidades están infrarrepresentadas en la participación deportiva. Para lograr una participación más inclusiva para todos, las organizaciones deportivas deben ofrecer opciones y oportunidades para apoyar una mayor participación de las personas con discapacidad, las comunidades LGBTI, las comunidades aborígenes, las personas de orígenes culturales y lingüísticos diversos, las mujeres y las niñas, los adultos mayores y las personas que sufren desventajas sociales o económicas.

A la hora de comprender la necesidad de la inclusión en el deporte, es importante recordar que las personas pueden identificarse con algunas de estas características, o con todas ellas. Estas características pueden significar que a veces las personas se enfrenten a ciertas barreras para la participación, como el idioma, la accesibilidad, las actitudes o incluso la discriminación. Si alguien experimenta múltiples barreras, puede resultarle más difícil participar en el deporte. La inclusión consiste en tomar medidas proactivas para eliminar estas barreras; y las barreras son el resultado de la forma en que a menudo se diseñan y ofrecen los productos y servicios deportivos, no de las características de la persona. Toda persona tiene la capacidad -y el derecho- de participar en el deporte.

Un enfoque acertado de la inclusión dará voz a la comunidad y la capacitará para contribuir a las soluciones, el diseño de programas u otras decisiones importantes que les afecten. Esto ayuda a crear entornos acogedores e integradores y puede conducir a una mayor implicación de las diversas comunidades como participantes, voluntarios, administradores y funcionarios.

En esta línea, la figura 16 visualiza en qué se diferencia este concepto de otros relacionados.

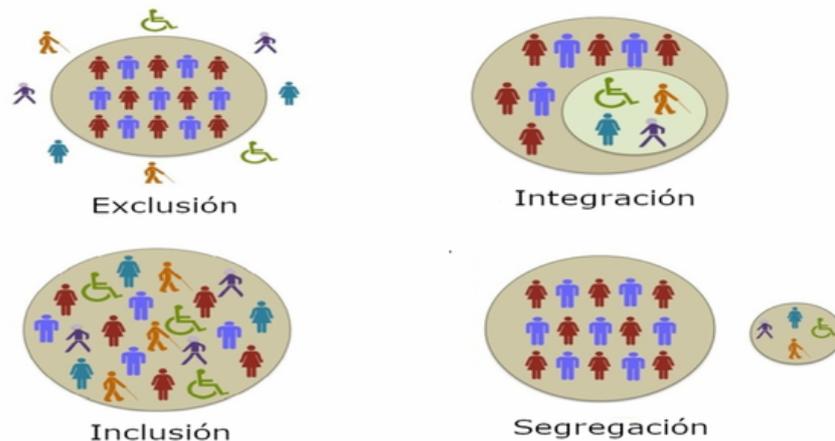


Figure 16. Diferencias entre conceptos relacionado.

Mira el siguiente video sobre un entrenador inclusivo:

- Inclusive coaching: why? (Play by The Rules). <https://www.youtube.com/watch?v=LDaRIK7g8G4&t=42s>

BLOQUE 2. Buenas prácticas

Las buenas prácticas son un conjunto de directrices éticas o ideas que representan la manera más eficiente de actuación en una situación determinada. Una buena práctica es un ejemplo del mundo real de un método o técnica que se ha aplicado y que ha demostrado un impacto positivo entre sus participantes. A continuación presentamos algunas de las buenas prácticas identificadas a nivel europeo sobre inclusión social a través del deporte, que pueden servir de fuente de inspiración para los agentes sociales del deporte

a) Club de lucha Olímpica La Mina

La Mina es uno de los barrios más desfavorecidos del área metropolitana de Barcelona. Más de 15.000 personas viven por debajo del umbral de la pobreza y tienen un bajo nivel educativo. El Club de Lucha Olímpica La Mina desarrolla programas deportivos para personas de 5 a 15 años (Figura 17), con los siguientes objetivos: a) proporcionar oportunidades deportivas a los jóvenes; b) reducir los comportamientos antisociales en el barrio; c) mejorar la convivencia y el civismo; d) promover la inclusión social; e) reducir el absentismo y el abandono escolar, así como mejorar los resultados académicos. En resumen, el Club Deportivo también se esfuerza por cambiar la imagen negativa del barrio desde un punto de vista interno y externo.



Figura 17. Club Olímpico de Lucha la Mina. Fuente: Albert Bravo

Para saber más:

- Web oficial: <https://www.zenytsports.com/fclliddaa/indexdosesp.php?club=LM>
- Documental “Els guerrers de la Mina”: <https://www.ccma.cat/tv3/alicante/30-minuts/els-guerrers-de-la-mina/video/3937170/#.XHVP3Y2IQgc.email>
- Documental “La mina de campeones”: <https://www.youtube.com/watch?v=av26llmJDSg>

b) Kick it Out

Impulsados por su amor al deporte, Kick it Out es una asociación con sede en el Reino Unido que trabaja para hacer del fútbol un juego para todos, poniendo en primer plano la igualdad y la inclusión (Figura 18). Kick it Out se creó en 1993 para luchar contra el racismo en el fútbol. Más tarde, en 1997, la asociación se amplió para hacer frente a todas las formas de discriminación. Desde el principio, han hecho grandes progresos dentro y fuera del campo, liderando el cambio positivo. Según sus principios, "estamos aquí para asegurarnos de que todo el mundo, en todas partes, pueda venir un sábado o un domingo sabiendo que será bienvenido y respetado independientemente de su origen, etnia, sexualidad, género y edad". Kick it Out trabaja actualmente con las autoridades futbolísticas, los clubes profesionales, los jugadores, los aficionados y las comunidades locales para hacer frente a todas las formas de discriminación.



Figure 18. Kick it out campaign. Fuente: web oficial

Actualmente “Kick It Out” lleva a cabo programas educativos para los jugadores de los clubs y las ligas que quieran adherirse, además de para las familias y los aficionados. A su vez, apoyan a las personas de las comunidades minoritarias para que practiquen fútbol en su localidad. También disponen de un buzón para recibir las denuncias de aquellos casos de discriminación que hayan sido identificados en cualquier lugar, desde las redes sociales, hasta los parques o incluso la Premier League.

Los clubs y/o las ligas interesadas en formar parte de esta experiencia deben rellenar un formulario de contacto para posteriormente firmar una “Carta de la Igualdad”. Acto seguido, un miembro del equipo contacta con el club para ofrecer ideas y consejos para conseguir ser un club libre de discriminación como, por ejemplo, el nombramiento obligado de un responsable

Para saber más:

- Web oficial: <https://www.kickitout.org>
- Buzón de quejas: <https://www.kickitout.org/report>
- Descarga de recursos: <https://www.kickitout.org/take-action/resources>

BLOQUE 3. Metodologías para la inclusión social

A continuación se describen algunas de las metodologías de mayor éxito para promover la inclusión social. Cabe señalar que ambas pueden transferirse y adaptarse a muchas modalidades deportivas existentes.

a) FutbolNet

La Organización:

La Fundació Barça creó la metodología “FutbolNet” (figura 5) como una herramienta para favorecer la inclusión social de colectivo niños y jóvenes que se encuentran en contextos vulnerables. Más concretamente, se “busca fomentar el esfuerzo, el respeto, el trabajo en equipo, la humildad y la ambición, entendidos desde la cultura de la cooperación, porque sean positivos a nivel individual y también colectivo”.

La Metodología:

Pues en cada sesión se trabaja un valor a través de un partido de fútbol en el que los participantes tienen que ponerlo en práctica. Para facilitar la reflexión y el dialogo los partidos se dividen en tres partes: 1r Tiempo: Los jugadores y jugadoras dialogan de forma autónoma y consensuan las normas del juego; 2º Tiempo: Se juega un partido de fútbol de unos 15 minutos. Aquí los jóvenes desarrollan su capacidad de relacionarse y los educadores los acompañan a ser responsables en sus acciones; 3r Tiempo: Los participantes realizan una charla posterior con espíritu crítico donde se valora el juego y se deciden los ganadores en función del comportamiento y la aplicación del valor en cuestión.

Enlaces:

- Web Oficial <https://fundacion.fcbarcelona.es/futbolnet>
- Videos: https://www.youtube.com/watch?v=A_M23glCD1w
- Videos: <https://www.youtube.com/watch?v=tI127kwdweg>



Figure 19. Experiencia de FutbolNet en Jordania. Fuente: web oficial

b) Modelo pedagógico de educación deportiva

La Organización:

Con una larga historia en el contexto educativo, el modelo de "Educación Deportiva" fue creado e implementado por Siedentop a finales de los años ochenta. Su primera obra, titulada "Educación deportiva: una educación física de calidad a través de experiencias deportivas positivas", fue uno de los manuales más importantes para la inclusión social en la educación física. Según Siedentop, este modelo surgió de su "insatisfacción al ver que el deporte se enseñaba de forma totalmente incompleta e inadecuada en muchas clases de educación física" (1994, p. 7). Para Siedentop, el deporte se enseñaba fuera de contexto, ya que a menudo se pasaba por alto el significado social del deporte, consistente en rituales y valores.

La metodología:

Este modelo busca aumentar la cohesión social de los participantes, el juego limpio, la motivación y la participación. Además, el modelo busca mejorar las habilidades técnicas y tácticas a través de la creación de elementos clave como la temporada, la pretemporada y el festival final, así como la afiliación y los roles, entre otros. A diferencia de otras metodologías más analíticas, en este modelo los alumnos participan en grupos mixtos y heterogéneos con la intención de asumir un conjunto de roles rotativos, entre los que se encuentran los de árbitro, entrenador, animador, periodista, etc.

Links:

- Siedentop, D. (1994). Sport education: quality PE through positive sport experiences. Champaign, Ill.: Human Kinetics Publishers.
- Video "Edufis": <https://www.youtube.com/watch?v=FQnDoCwG3MA>
- Recomendaciones para implementar el modelo: <https://www.youtube.com/watch?v=F4Ve0hal2p8>

PARA SABER MÁS

A continuación se presentan otras buenas prácticas a escala europea destinadas a promover la inclusión social a través del deporte.

- Plataforma de formación, desarrollada por Sport Integrity Australia y "Play by the Rules", donde se puede encontrar un gran número de cursos gratuitos sobre el tema:
 - https://elearning.sportintegrity.gov.au/blocks/androgogic_catalogue/index.php?c1=Courses
- "Sid Foot" es un programa Erasmus+ financiado por la Unión Europea, cuyos socios son: Fundación Real Betis Balompié, la Red Europea de Fútbol para el Desarrollo, la Universidad de las Islas Baleares, el Ayuntamiento de Liverpool", y el Aalborg BK, entre otros. El objetivo principal del proyecto es la promoción de la actividad física y la inclusión social en barrios desfavorecidos a través del deporte. Para ello, el proyecto ha identificado un conjunto de iniciativas de éxito, que se agrupan y difunden a través de un sitio web con la intención de sensibilizar, inspirar, compartir conocimientos y promover asociaciones.
 - <https://www.sidfoot.eu>
 - Manual de buenas prácticas: <https://best.practices.sidfoot.eu>

4

**HERRAMIENTAS
DESARROLLADAS**

4.1. La plataforma de e-Learning

Una experiencia gamificada

A través de este proyecto se ha diseñado la herramienta de formación online "Future++ Challenge: un viaje hacia el deporte inclusivo" basada en la experiencia gamificada.

Werbach y Hunter (2012) definen la gamificación como el "uso de elementos y técnicas de diseño de juegos en contextos ajenos al juego" (p.28). Más concretamente, la gamificación busca utilizar el potencial de los juegos (basado en las aportaciones de la industria del videojuego) y la diversión asociada a ellos, para motivar y provocar cambios de comportamiento en las personas (jugadores). Desde que en 2014 se propuso la gamificación como metodología idónea para la educación superior, su irrupción en el ámbito educativo-formativo ha crecido a un ritmo vertiginoso. Tanto es así, que un diseño adecuado puede favorecer entre los estudiantes algunos de los siguientes efectos positivos (Blázquez y Flores, 2021):

- Mayor alegría, diversión y satisfacción personal.
- Disminución del miedo a cometer errores, al fracaso y a la ansiedad.
- Mayor motivación intrínseca hacia el tema o tarea.
- Mayor grado de compromiso e implicación-participación del alumnado hacia la materia o tareas
- Mejora de las relaciones grupales y niveles de cohesión.
- Mayor aprendizaje

La gamificación "Future++ Challenge: un viaje hacia el deporte inclusivo" consta de los siguientes elementos clave:

NARRATIVA:

A través de uno de sus sofisticados satélites, la Agencia Espacial Europea ha descubierto una galaxia donde el deporte es verdaderamente inclusivo. ¿Quieres aprender cómo lograrlo? ¡Embárcate en esta aventura interestelar y tripula tu propia nave espacial! Supera las diferentes misiones y completa tu pasaporte. ¿Podrás atravesar la Galaxia y regresar con éxito al planeta Tierra?

AVATAR:

Los usuarios podrán elegir la nave espacial que más les guste para comenzar la aventura. Durante la experiencia también habrá diferentes extraterrestres residiendo en cada uno de los planetas existentes en la galaxia.

MISIONES - ETAPAS:

Los usuarios pueden comenzar la aventura con la misión que elijan. En total son 5 misiones, cada una de ellas vinculada a un planeta diferente. Tras superar las cinco misiones, deberán completar la misión final, que consiste en regresar al planeta Tierra.

Etapa de la misión	Contenidos didácticos
Misión Planeta Verde	Marco conceptual
Misión Planeta Rojo	Estrategias prácticas
Misión Planeta Azul	Comunicación de la misión
Misión Planeta Amarillo	Dinámica de grupo
Misión Planeta Morado	Justicia social y pedagogía crítica
Misión de regreso a la Tierra	Evaluación final

INSIGNIAS:

Todos los participantes dispondrán de un pasaporte digital para viajar por la galaxia. Tras completar cada una de las misiones, los jugadores obtendrán el sello correspondiente al planeta visitado. Cuando el pasaporte tenga los sellos de todos los planetas, los jugadores podrán completar la misión final de regreso a la Tierra.

RECOMPENSAS:

Al completar con éxito todos los módulos, los participantes recibirán un diploma o certificado de participación y finalización del curso.

La estructura de la plataforma de e-Learning

En esta herramienta se insertan cada uno de los módulos de aprendizaje teóricos y prácticos diseñados específicamente para este proyecto.

Tras un vídeo introductorio que explica la narrativa de la experiencia gamificada, el usuario puede elegir entre 8 idiomas disponibles (inglés, italiano, griego, español, catalán, alemán, portugués y holandés).

Una vez elegido el idioma y el avatar (persona del juego), se presentan al usuario seis módulos de contenidos teóricos y prácticos.

Cada módulo está estructurado de manera similar. En primer lugar, todos los módulos cuentan con una sección introductoria en la que se explica brevemente en qué consisten. Posteriormente, hay un apartado teórico (bloque 1) donde se proporciona la información teórica imprescindible para el análisis y aprendizaje de cada uno de los temas. Posteriormente los módulos contienen un bloque 2, donde se describen buenas prácticas o se solicitan pequeñas tareas. Posteriormente, los módulos contienen el bloque 3 con actividades más aplicables en el contacto real, en forma de Deberes. Finalmente, todos los módulos finalizan con la presencia de un cuestionario en el bloque 4 y un apartado específico denominado “saber más”, donde se proporciona información adicional al usuario.

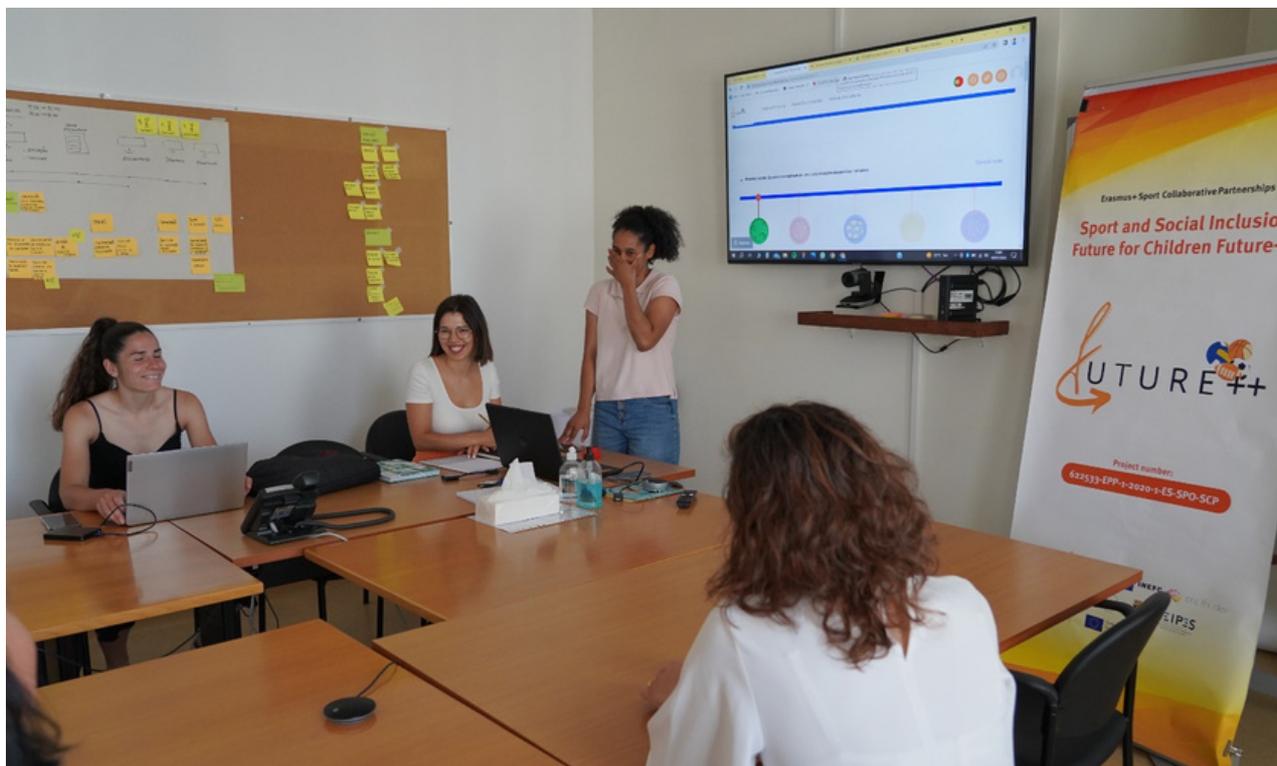


Figura 20. Prueba piloto de plataforma de e-Learning en Portugal

4.2. Red Europea de Entrenadores/as

La Red Europea de Entrenadores/as para la inclusión social es uno de los principales productos de Future++. Su objetivo es convertirse en un foro de nuevas metodologías y herramientas para explorar, experimentar y probar enfoques innovadores para abordar los desafíos sociales.

La Red Europea de Entrenadores/as será una herramienta útil para permitir:

- Organización asociada para recopilar, analizar y discutir conocimientos comparables en todos los países europeos.
- La promoción de mejores prácticas en todos los Estados miembros participantes para que los ciudadanos de la UE se beneficien de las mejores prácticas más modernas.
- Centrarse en las amenazas transfronterizas para reducir los riesgos y mitigar sus consecuencias.

La Red está diseñada para promover el desarrollo y ofrecer soluciones escalables y transferibles para promover un clima más empoderador y hacer del deporte juvenil una verdadera herramienta de inclusión social. De esta manera, la red se convierte en una herramienta concreta capaz de promover la inclusión social y el voluntariado en los clubes deportivos europeos. Fue desarrollado en inglés con el fin de proporcionar un foro que permitiera a los entrenadores de toda Europa un canal fácilmente interactivo para promover el intercambio de metodologías, buenas prácticas y herramientas para explorar y probar enfoques innovadores para abordar los desafíos sociales.

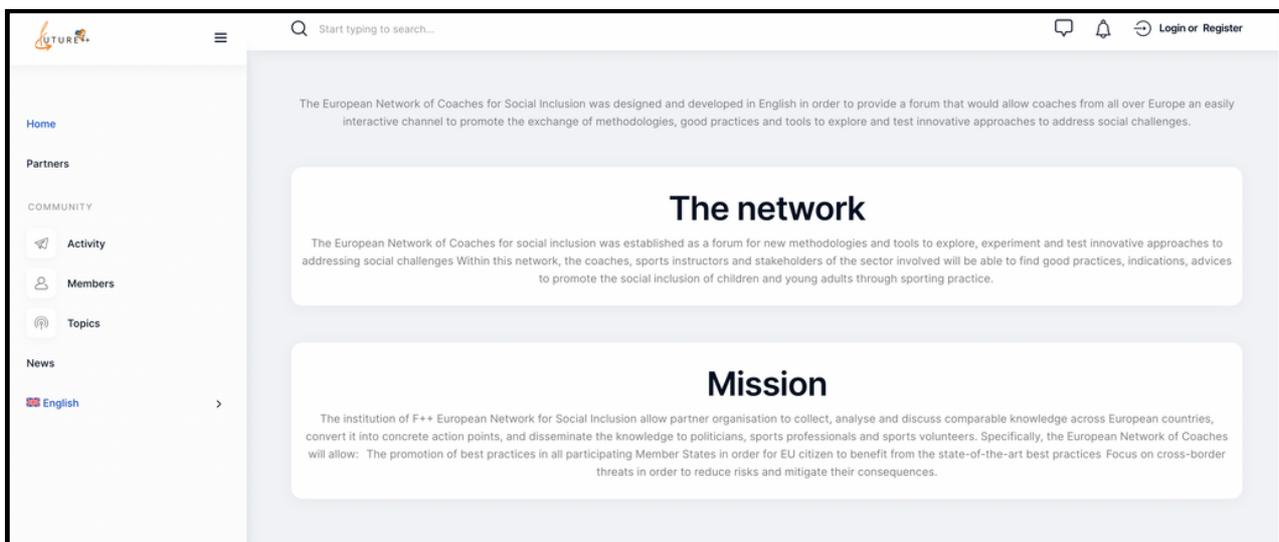


Figura 21. Captura de pantalla de la Red Europea de Entrenadores

5

CONCLUSIONES

A lo largo de la investigación y a partir de los resultados del proyecto, hemos constatado que la formación del personal técnico deportivo es una de las cuestiones clave para promover la inclusión social en y a través del deporte. Es importante destacar cómo, tras analizar los programas de formación existentes en diferentes países europeos, hemos observado una realidad verosímil: aún existen pocos programas de formación específicos sobre el deporte como herramienta de inclusión de jóvenes de bajo nivel socioeconómico. Por ello, trabajar para impulsar y consolidar la formación en el ámbito deportivo como herramienta de transformación social debe ser un tema prioritario.

El estudio y análisis previo de los programas formativos existentes y la revisión del estado del arte ha permitido definir los temas clave a abordar en dichos programas formativos. Estos incluyen aspectos como: conocimientos para reconocer situaciones de desigualdad y discriminación; estrategias para dar acceso al deporte a jóvenes de bajo nivel socioeconómico y superar las barreras prácticas que encuentran (tiempo, costos, transporte, etc.); recursos para unir al grupo y reforzar la autoestima de los jóvenes a través de la práctica deportiva; herramientas para facilitar la comunicación y crear el contexto de aprendizaje adecuado; y conocimiento de los aspectos clave para promover la justicia social a través del deporte así como ejemplos de buenas prácticas y metodologías de enseñanza que faciliten la inclusión y la cooperación.

El deporte es una herramienta más para promover la socialización y la inclusión de personas con alto riesgo de exclusión social. Creemos que realizar formación en este ámbito es verdaderamente enriquecedor y transformador para el conjunto de la sociedad. Hacer del deporte una práctica accesible, libre de barreras y daños es responsabilidad de todos.

