

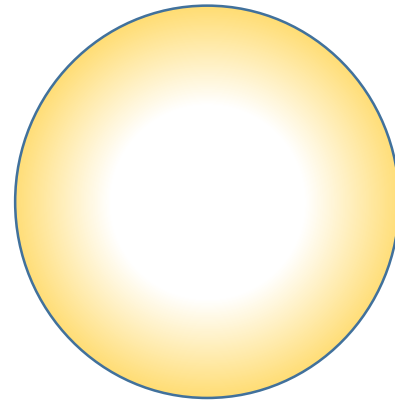
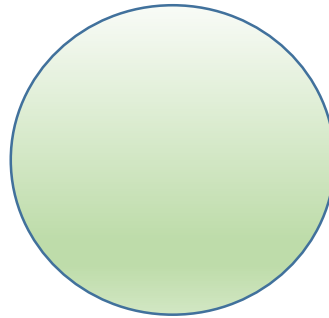
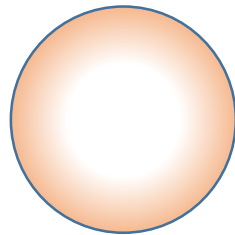


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



MÓDULO

3



**LA FUNCIÓN SOCIAL
DEL DEPORTE**

SEGMENTO 4

**Una estrategia de gestión de
proyectos para la educación
juvenil**



♦ PROGRAMAS DEPORTIVOS ESPECÍFICOS PARA GRUPOS DE 13 A 17 AÑOS EN ZONAS DE RIESGO O CON SITUACIONES FAMILIARES DESFAVORECIDAS

♦ PROGRAMAS DE DESARROLLO

♦ LA IMPORTANCIA DEL LIDERAZGO EN EL DEPORTE

INTRODUCCIÓN: LA IMPORTANCIA DE LOS PROGRAMAS DEPORTIVOS



A nivel local, el deporte suele utilizarse debido a que la comunidad, los docentes, los profesionales de la salud y los voluntarios lo consideran una forma eficaz de trabajar con sus grupos objetivo, especialmente, con los jóvenes

El deporte ofrece una importante oportunidad para que los jóvenes en riesgo de exclusión desarrollen habilidades o competencias que les permitan afrontar mejor los retos del día a día y alejarse de la violencia, el crimen o el consumo de drogas.



Los beneficios del deporte son especialmente importantes para los más vulnerables, entre ellos, las personas con pocos recursos o en riesgo de exclusión, las niñas y mujeres, las personas con discapacidad, las personas que viven en zonas en conflicto y las que se recuperan de algún trauma.

¿A quienes se considera «jóvenes en riesgo de exclusión»?

Los jóvenes en riesgo de exclusión son niños o adolescentes que afrontan grandes amenazas para transitar con éxito hacia la edad adulta. Las características de los jóvenes en riesgo incluyen el absentismo escolar, la falta de interés en el ámbito académico y la desconexión con el entorno escolar.



- Diferentes factores pueden contribuir a que un joven entre en la categoría de riesgo:
 - Pobreza
 - Inestabilidad y disfunción familiar
 - Entorno escolar inestable
 - Déficit de recursos en la comunidad
 - Experiencias adversas en la infancia



Problemas de la edad adulta en los jóvenes en riesgo de exclusión

Cuanto más tiempo pasa sin recibir ayuda un joven en riesgo de exclusión, más propenso será a tener una vida repleta de otro tipo de problemas. Ignorar las señales de alarma que muestran estos jóvenes puede dar lugar a futuros problemas, entre ellos:

- Adicción
- Violencia
- Autolesiones
- Consumo de sustancias



- Además, tienen mayores índices de pensamientos suicidas y entrada en prisión. Sin ayuda, el futuro de estos jóvenes que muestran signos de riesgo puede estar en peligro.

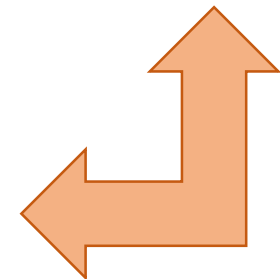
El efecto de los programas deportivos en los jóvenes en riesgo de exclusión

LOS JÓVENES SE ENCUENTRAN ENTRE LA POBLACIÓN MÁS VULNERABLE DEL MUNDO. SE ENCUENTRAN EN UN MOMENTO DE SU VIDA MUY INFLUYENTE Y EN UNA ETAPA IMPORTANTE DE SU DESARROLLO..

EN LA SOCIEDAD ACTUAL, LOS JÓVENES TIENEN MÁS DISTRACCIONES QUE NUNCA Y PASAN MÁS TIEMPO AISLADOS COMO CONSECUENCIA DEL USO DE LA TECNOLOGÍA.

CADA VEZ MÁS ESTUDIOS DEMUESTRAN EL EFECTO POSITIVO QUE EL DEPORTE PUEDE TENER EN LOS JÓVENES EN RIESGO. ESTO HA DADO LUGAR A UN AUMENTO DE LOS PROGRAMAS DEPORTIVOS.

LOS JÓVENES EN RIESGO NECESITAN INTERACCIÓN SOCIAL Y QUE ALGUIEN INVIERTA TIEMPO EN ELLOS. ADEMÁS, NECESITAN QUE SE LES DÉ LA OPORTUNIDAD DE LOGRAR RESULTADOS POSITIVOS



El efecto de los programas deportivos en los jóvenes en riesgo



EL DEPORTE PERMITE A LOS JÓVENES EN RIESGO OCUPAR SU TIEMPO DE FORMA POSITIVA, YA QUE A MENUDO LO INVIERTEN EN ACTIVIDADES QUE NO SON BENEFICIOSAS PARA ELLOS

EL EJERCICIO MEJORA EL PENSAMIENTO Y EL APRENDIZAJE, LA REGULACIÓN EMOCIONAL Y EL AUTOCONTROL, LA GESTIÓN DEL ESTRÉS, LA ANSIEDAD Y LA DEPRESIÓN

EL DEPORTE PROPORCIONA ORIENTACIÓN, AMISTAD, CAPACIDAD DE LIDERAZGO Y DE LOGRAR OBJETIVOS A TRAVÉS DEL DESARROLLO DE HABILIDADES

BENEFICIOS PARA EL DESARROLLO Y LA SALUD DE LOS NIÑOS

Beneficios de los programas deportivos para los jóvenes en riesgo de exclusión



- Aumenta las habilidades motoras
- Fomenta la autodisciplina
- Enseña a trabajar en equipo
- Desarrolla habilidades de liderazgo
- Enseña la necesidad de cooperar con otras personas
- Refuerza las relaciones entre iguales
- Enseña a respetar a los compañeros
- Fomenta la fijación de objetivos
- Crea hábitos saludables para el futuro
- Reduce el riesgo de sufrir depresión
- Mejora la memoria
- Genera habilidades para realizar varias tareas a la vez
- Mejora los patrones del sueño
- Aumenta la capacidad de aprendizaje
- Aumenta la capacidad de gestionar el estrés
- Equilibra el estado de ánimo
- Ofrece diferentes actividades para evitar el aburrimiento
- Crea un sentimiento de logro
- Perfecciona la capacidad de resolución de problemas
- Mejora el tono muscular
- Reduce las probabilidades de sufrir problemas de salud a largo plazo.

PROGRAMAS DE DESARROLLO



- **Un programa deportivo** es un plan (o una parte de un plan) desarrollado por una institución de educación superior, o un colegio público, privado o concertado que se organiza con fines recreativos internos o interescolares con deportes que incluyen baloncesto, béisbol, fútbol americano, fútbol, atletismo o cualquier otro deporte competitivo.
- Los **programas deportivos** a menudo se dirigen a chicos que se consideran en riesgo de fracaso escolar o que no están teniendo una transición ideal hacia la edad adulta, asumiendo que el deporte les ayudará a superar estas situaciones.
- Además, los programas deportivos pueden relacionarse con varios temas, que ayudarán al desarrollo de los jóvenes en riesgo de exclusión. En las siguientes diapositivas mostraremos algunos de ellos.



PROGRAMAS DE DESARROLLO



FOMENTAR LA SALUD A TRAVÉS DEL DEPORTE



FOMENTAR EL DESARROLLO DE LOS JÓVENES A TRAVÉS DEL DEPORTE



FOMENTAR LOS OBJETIVOS PARA LA EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE



PROGRAMAS DE DESARROLLO



PROMOVER LA PAZ Y LA ESTABILIDAD A TRAVÉS DEL DEPORTE



PROMOVER LA IGUALDAD Y LA INCLUSIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE



PROMOVER LA IGUALDAD DE GÉNERO A TRAVÉS DEL DEPORTE



LA IMPORTANCIA DEL LIDERAZGO DEPORTIVO



- **El liderazgo** podría considerarse un proceso de conducta que influye a los individuos y los grupos en relación con unos objetivos establecidos. Como tal, un/a líder desempeña una función doble: garantizar la satisfacción de los jugadores y dirigir al individuo o al grupo hacia el éxito. El liderazgo es el arte de conseguir que una persona haga algo por nosotros, además de ayudar a esa persona a hacer lo correcto a través de muchas habilidades diferentes. Estas habilidades pueden transmitirse de profesores a alumnos, no solo convirtiéndolos en mejores atletas, sino también en mejores personas,
- Los equipos de éxito tienen buenos líderes y la importancia de este papel es evidente en todas las categorías deportivas. El desempeño de un/a líder queda muy claro en juegos interactivos y durante partidos. Pese a ser menos obvio en otras situaciones, la contribución del/de la líder a la eficacia del rendimiento de un equipo también es influyente.



LA IMPORTANCIA DEL LIDERAZGO DEPORTIVO



- Unas **buenas habilidades de liderazgo** son importantes para los entrenadores de deportistas de cualquier edad porque, después de sus padres, son las personas que más influyen en sus vidas. Si los deportistas ven a su entrenador/a como un/a buen/a líder, les inspirará a esforzarse más para alcanzar sus metas.
- Las habilidades de liderazgo son esenciales para que el/la entrenador/a pueda llevar a cabo la sesión de entrenamiento sin demasiados obstáculos e interrupciones. Estas habilidades pueden mejorarse de muchas formas, algunas de las cuales pueden ser **triviales como---**



ELEMENTOS DEL LIDERAZGO SATISFACTORIO



Son muchos los ejemplos y elementos del liderazgo satisfactorio. Uno de estos elementos clave para que un/a entrenador/a sea un/a buen/a líder es crear una relación positiva con los deportistas o estudiantes, apoyarles, animarles e impulsarles para que alcancen los resultados deseados.

- **Crear una relación positiva:** Es más fácil aprender de alguien en quien confías, por ello los entrenadores deben intentar desarrollar una relación sólida y positiva con sus estudiantes. Deben establecer un conjunto de límites sanos y eficaces, ya que les ayudarán a que la relación sea profesional y eficaz al mismo tiempo.
- **Desafiar al deportista:** Es fundamental para que mejore su rendimiento y permite al/la entrenador/a ser más consciente de lo que los deportistas son capaces de hacer. Este desafío también mejora las habilidades de liderazgo del/de la entrenador/a. Muestra a los deportistas y a los padres de estos que se interesa por los resultados de cada estudiante de forma individual, para asegurarse de que este/a ofrezca su mejor versión.

PALABRAS CLAVE

Liderazgo

Desarrollo

Logro

Habilidades para la vida

Jóvenes en riesgo de exclusión

Desafío

Programa deportivo

Actividad física

Objetivos



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

