ALHAMA EN VALORES

DONDE EL DEPORTE REALMENTE SUMA 2019









JUSTIFICACIÓN

Múltiples factores son los que a lo largo de la historia de una persona condicionan su forma de comportarse y, por tanto, su forma de ser. Nuestra manera de pensar, de movernos, de hablar, de hacer algo determinado,... todo ello lo hemos aprendido a través de lo que hemos ido observado en los demás y en nosotros mismos, a través de los resultados y de las consecuencias de nuestras conductas, en definitiva, a través de nuestra experiencia.

¿Podemos reconocer que en todo ello hay personas y contextos que han ejercido en nosotros una influencia significativa?, de forma análoga, ¿podemos reconocer que nosotros mismos hemos contribuido en el desarrollo y en los cambios de algunas personas?

Intentamos, con este proyecto de trabajo, trabajar con los entrenadores, padres y madres de los jóvenes deportistas para el desarrollo de una serie de valores asociados a la práctica deportiva y al enfoque saludable que debe tener el deporte en general, y más el que se orienta en su vertiente más competitiva.

Pensemos en un deportista. Si parece razonable pensar que el entrenador tiene bastante que ver con los cambios en el comportamiento de los deportistas a los que enseña o entrena, parece coherente pensar también que las conductas y actitudes de los padres y madres de sus deportistas estarán en alguna medida influidas por la manera de conducir la relación que mantiene con ellos.

Orientaciones
Psicológicas para
entrenadores, padres y
madres de deportistas.
Sobre sus valiosas
aportaciones que
complementan la
formación deportiva



En ese aprendizaje a lo largo de nuestra vida, las personas adquirimos diferentes roles o papeles según la especial vinculación que mantenemos con diferentes personas y actividades. De esta forma, los padres del deportista van a ir adquiriendo progresivamente un nuevo rol o papel que, hasta que su hijo/a no ha practicado deporte, no lo tenían porque no lo ejercían: el rol de "padre o madre de un deportista". Este rol está compuesto por el conjunto de actitudes (formas de pensar, sentir y creer) y de comportamientos (formas de actuar) del padre o de la madre con su propio hijo o hija y con el resto de personas que tienen una presencia significativa en el contexto de la práctica de su deporte: el entrenador o entrenadora, sus compañeros/as de club clase o equipo, los padres y madres de sus compañeros, los jueces o árbitros, los responsables deportivos, etc.

Los entrenadores saben responsablemente que, aunque alguien pueda pensar que "cualquiera puede ser entrenador", es sin duda deseable que haya personas que guíen y acompañen convenientemente el proceso de adquirir y desempeñar su rol formativo-competitivo. Y además deben tenerlo muy en cuenta de cara a la valoración de los resultados que consiguen, ya que incluso en algunas ocasiones, sus puestos van en ello.

Desde hace un tiempo, parece existir una corriente, en la que el deporte no solo es útil para mantenerse en forma, socializar, etc., sino que también es útil para el desarrollo de valores deportivos. Infinidad de clubes se han unido a este movimiento, y se enorgullecen de promover valores deportivos entre sus miembros (compañerismo, amistad, respeto, tolerancia...) a través de diferentes programas o acciones y fotografían momentos épicos, en los que, por ejemplo, uno de sus miembros ha devuelto un balón ante una decisión errónea de un árbitro.

Mentalidad Deportiva Orientaciones
Psicológicas para
entrenadores, padres y
madres de deportistas.
Sobre sus valiosas
aportaciones que
complementan la
formación deportiva

Recientes investigaciones llevadas a cabo desde la Universidad de Murcia señalan que a pesar de que el deporte promueva y desarrollen los niños y niñas hábitos y valores saludables, no los promueve de la forma sana y natural que esperamos, sino que consigue que los niños y niñas realicen conductas "socialmente positivas" motivados por la aprobación social, sin lograr interiorizar en su identidad individual tales valores.

En concreto, los estudios llevados a cabo con más de 600 jóvenes (sedentarios, practicantes de actividad física y federados) de la región de Murcia, indican que, respecto al razonamiento prosocial (argumentos que utilizamos para justificar nuestras decisiones orientadas a la ayudar al otro cuando lo necesita), señalan que los jóvenes que hacen actividad físico deportiva de forma regular, pero no estan federados, tienden a justificar o argumentar sus conductas prosociales con motivos donde se manifestaban que "ayudo, porque entiendo la necesidad de esa persona que lo necesita", es decir, comprenden y empatizan con las necesidades y emociones del compañero. Mientras que los jóvenes que hacen deporte federado, tienden a justificar o argumentar sus conductas prosociales con motivos en los que se manifestaba una necesidad de aprobación personal, es decir "ayudo, porque si no, el grupo al que pertenezco, me señalará de mal compañero".

Si bien es cierto que, en ambos casos, los adolescentes se comprometen ayudar o colaborar con situaciones injustas, pero no lo hacen por las mismas razones, lo que nos lleva a pensar, que los valores promovidos por el deporte, no se están interiorizando de la misma manera cuando se trata de deporte federado.

Psicológicas para entrenadores, padres y madres de deportistas. Sobre sus valiosas aportaciones que complementan la formación deportiva

Orientaciones



Las conclusiones del estudio permitieron comprender que los jóvenes físicamente activos (pero no federados), tienen un mejor desarrollo de las habilidades empáticas, un desarrollo de la comprensión de la situación más allá de las propias necesidades, entendimos, que el deporte les beneficiaba para su desarrollo como personas. Pero en caso de los jóvenes federados, lo que ocurre es adoptan como norma, las normas del grupo, sin ir más allá ("lo tienes que hacer, porque eso es lo que está bien", pero no se está fomentando un verdadero desarrollo de valores en los jóvenes, no se está fomentando que comprendan las razones por las cuales es bueno ayudar, por las cuales, tener valores es importante.

Las implicaciones a largo plazo de que los jóvenes que practican deporte federados hagan uno sistemático de esos argumentos "Lo hago bien, para que el grupo me apruebe" van mucho más allá de los valores deportivos, y tiene que ver con aspectos personales como la autonomía o dependencia, la capacidad de reflexión y decisión, el desarrollo de la propia identidad...

Teniendo en cuenta estos datos, se plantea un proyecto para el desarrollo integral de valores en contextos deportivos que va más allá de la mera promoción de los mismos y pretende mostrar la importancia de los roles (entrenadores, padres y madres) en la promoción de valores para el óptimo desarrollo psicosocial en los jóvenes deportistas.

Orientaciones
Psicológicas para
entrenadores, padres y
madres de
deportistas. Sobre sus
valiosas aportaciones que
complementan la
formación deportiva





I. CONOCER LOS VALORES DESARROLLADOS EN LOS JÓVENES DEPORTISTAS ALHAMEÑOS, ASÍ COMO DIFERENTES INDICADORES DE ÓPTIMO DESARROLLO PSICOSOCIAL

Entre los beneficios de la práctica deportiva se encuentran elementos relacionados con el estado físico de salud, pero también con el bienestar psicológico y la identidad personal. De cara a establecer una línea base que permita:

- Conocer la realidad alhameña respecto a los valores deportivos que se inculcan y el bienestar psicológico asociado a la vida activa y promovido por los clubes y asociaciones deportivas Alhameñas
- Orientar las formaciones posteriores para la mejora y potenciación de la interiorización de valores en el deporte Alhameño.

Para la consecución de este objetivo, se ha diseñado un estudio de las principales variables relevantes identificadas y que posteriormente será compartido y trabajado con la comunidad deportiva alhameña:

- Valores personales (Diligencia, Perspicacia, audacia, organización, coherencia, integridad, creatividad, confianza, adaptabilidad, decisión, paciencia, audacia, superación, constancia, humildad, respeto, resistencia, entrega, astucia, responsabilidad, permeabilidad, etc.)
- Comportamiento y Razonamiento prosocial
- Habilidades sociales
- Perfeccionismo y Bienestar psicológico
- Estilos comunicativos y de liderazgo de entrenador/a
- Autoestima

II. ENTRENAR A ENTRENADORES, PADRES Y MADRES PARA LA ADQUISICIÓN DE ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS ADECUADOS QUE PERMITAN INTERIORIZAR VALORES Y DESARROLLO DE LA IDENTIDAD PERSONAL EN LOS JÓVENES DEPORTISTAS.

Los padres con hijos que hacen deporte se encuentran ante un escenario educativo novedoso, igual para todos, donde no son los principales agentes de formación, y en el que van a tener que desarrollar actitudes (formas de pensar, sentir y creer) y comportamientos que hasta el momento no disponían.

- -- Entrenamiento para descubrir la información útil que fomenta valores a medio y largo plazo: El proceso de educación deportiva de los padres requiere contar con toda aquella información que se considere relevante, en el momento y lugar adecuados y hacer todo lo posible para que sea recordada, tenida en cuenta y llevada a la práctica. Ante tanta sobresaturación de información, es necesario aprender a elegir la coherente en cada caso y "comparar modelos" o imitar a modelos profesionales.
- --Aprendizaje y entrenamiento de estilos reforzadores para las actitudes y comportamientos positivos en otras personas:

 Enseñar a los padres qué actitudes y conductas tienen para ellos un valor positivo si, en su presencia, las aprueban e incentivan en otras personas cuando se comportan de esa manera. Estas "otras personas" pueden ser los padres de otros deportistas e incluso los propios deportistas.
- --Entrenar a ser modelo o ejemplo: Los padres y madres suelen ser objeto de una gran atención por los deportistas. Por esta razón, el comportamiento de éstos puede convertirse en un ejemplo o modelo a seguir.

III. ENTRENAR A PADRES Y MADRES A MANTENER Y REFORZAR ACTITUDES Y CONDUCTAS COHERENTES QUE YA TIENEN.

Las actitudes y conductas de los entrenadores y padres constituyen y generan un importante valor educativo en los jóvenes deportistas. Es necesario entrenar en cómo mantener e incluso reforzar tales actitudes y conductas positivas de los padres.

- --Entrenamiento de la aprobación y contingencias en las actitudes y comportamientos positivos: La educación deportiva de los entrenadores y padres puede avanzar más fácilmente cuando responsables de la formación deportiva subrayan y recompensan actitudes y comportamientos coherentes y adecuados, que cuando se limitan a reprochar o no decir ni hacer nada cuando se encuentran con actitudes y comportamientos de la misma índole.
- --Facilitar que una actitud o conducta positiva anule o reduzca un daño o perjuicio: Se llevará a cabo entrenamientos a entrenadores y padres que en aquellas ocasiones en las que su actitud o su comportamiento no sean coherentes con las situaciones deportivas de sus hijos, permitan que ocurran situaciones algo desagradables y poco apetecibles

IV. ENTRENAR CON ENTRENADORES, PADRES Y MADRES EL AJUSTE DE SUS VALORES, ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS POCO ÚTILES

La labor educativa con los entrenadores y padres incluye también la vertiente complementaria a las dos anteriores: modificar actitudes y comportamientos negativos o poco útiles. En muchas ocasiones, es ésta la que entraña una mayor complejidad ya que puede suponer un enfrentamiento directo con los padres por parte de los entrenadores.

- --Reducir el incentivo que esté manteniendo las actitudes y conductas negativas de los entrenadores, padres y madres: En ocasiones resulta de interés procurar que determinadas conductas de los padres sean menos frecuentes, sin que necesariamente lo deseable sea su desaparición. Este puede ser el caso de aquellos padres que son especialmente "plastas" o "pegajosos", que aprovechan cualquier oportunidad para "comentar cualquier cosa" con el entrenador.
- -- Anular el incentivo que esté manteniendo las actitudes y conductas negativas de los entrenadores, padres y madres.
- -- Reprobar y sancionar actitudes y conductas negativas: Los entrenadores y entrenadoras, como responsables de la labor educativa que llevan a cabo con jóvenes deportistas, están en su derecho de expresar de la forma que consideren más oportuna su desagrado o malestar por todo aquello que dificultes o perjudique la consecución de sus objetivos. Se trabajará con los padres y madres la gestión del entrenador en estas situaciones.

Para la consecución de los Objetivos II, III y IV, se han diseñado 2 actuaciones:

- a) MESA REDONDA "EL VALOR DEL DEPORTE". En esta mesa redonda se compartirán los resultados del estudio previo planteado y se planteará un debate sobre la importancia de la colaboración de los diferentes roles para el desarrollo a largo plazo de valores a través del deporte. Estará compuesta por:
- 1 Miembro de la concejalía de Deportes y/o Educación
- 1 Psicólogo especialista
- 1 Entrenador de deportes de equipo
- 1 Entrenador de deportes individuales
- 1 Arbitro
- 1 Deportista
- 1 Padre/Madre de deportista
- b) TALLERES DE ENTRENAMIENTO. Con el objetivo de entrenar a los principales agentes para el desarrollo de valores en nuestros jóvenes se han diseñado 2 talleres con formato grupal para el entrenamiento en estrategias de liderazgo, comunicación y concienciación de la importancia de generar experiencias deportivas responsables.
- a. Taller para entrenadores. Tras el desarrollo de la investigación y la celebración de la mesa redonda, se establecerán 2 fechas para la formación de todos los entrenadores participantes interesados.
- b. Taller para Familias. Tras el desarrollo de la investigación y la celebración de la mesa redonda, se establecerán 2 fechas para la formación de todos los familiares participantes interesados.

c) REALIZACIÓN DE UNA CARRERA DE OBSTÁCULOS

Por qué a través de ella se pueden englobar y dar a conocer las conclusiones alcanzadas y vías de trabajo que se pueden desarrollar para mejorar la adquisición de valores con práctica deportiva en los niños y niñas de la Alhama de Murcia. El objetivo será trasladar los conocimientos de la ciencia psicológica, a la realidad del de todas las modalidades y colectivos humanos implicados en el deporte, incluyendo claro está a los propios jóvenes deportistas.

El objetivo de esta carrera será ejemplificar mediante diferentes obstáculos, todos y cada uno de los valores que aporta el deporte, con esta acción simbólica clara, sencilla y práctica se pondrá en valor todos los beneficios de practicar deporte a edades tempranas y se tomará conciencia de la importancia de orientar su práctica deportiva de forma positiva, convirtiéndola en un instrumento de transmisión de actitudes y valores prosociales.

ACCIONES DE DIFUSIÓN COMPLEMENTARIAS QUE SE LLEVARÍAN A CABO

- -Campaña social
- -Material divulgativo
- -Cartelería
- -Medios de comunicación

METODOLOGÍA DE TRABAJO

Desde Mentalidad Deportiva contamos con un equipo de profesionales de la psicología especializados en psicología del deporte que, junto a psicólogos/as del deporte de otras comunidades autónomas con amplia experiencia en gestión de proyectos deportivos orientados a fomentar valores positivos en los practicantes, implantaran el proyecto en Alhama de Murcia, tanto la realización de la investigación como la impartición de talleres orientados a entrenadores, padres y madres de deportistas.

Toda actividad relacionada con la gestión, coordinación, información, planificación y formación referente a las diversas áreas contarán con un espacio físico y un responsable en la concejalía y otro a cargo de Mentalidad Deportiva.

Cronograma y recursos

MES	ACCIÓN	RECURSOS NECESARIOS
DICIEMBRE-ENERO	Presentación del proyecto a clubes y entrenadores en reunión conjunta	1 responsable/enlace del proyecto por club 1 responsable /enlace ayuntamiento 1 responsable/ enlace Mentalidad Deportiva.
DICIEMBRE- ENERO	Presentación del proyecto a deportistas y familias	Circular informativa
DICIEMBRE- ENERO	Solicitud de consentimiento informado a tutores legales	1 responsable/enlace del proyecto por club 1 responsable /enlace ayuntamiento 1 responsable/enlace Mentalidad Deportiva y CB Alhama
ENERO	Recogida y análisis de datos de forma digital	1 responsable/enlace del proyecto por club 1 responsable /enlace ayuntamiento 1 responsable/enlace Mentalidad Deportiva y CB Alhama
ENERO	Generación de informe global	Mentalidad Deportiva
ENERO - FEBRERO	Organización, difusión y fomento de la participación mesa Redonda, Talleres y Carrera "el valor del deporte"	1 responsable/enlace del proyecto por club 1 responsable /enlace ayuntamiento 1 responsable/enlace Mentalidad Deportiva y CB Alhama
MARZO	Mesa redonda "El valor del deporte"	Espacio físico y material audiovisual Invitados participantes
MARZO -ABRIL	Talleres a entrenadores	1 responsable/enlace del proyecto por club 1 responsable /enlace ayuntamiento 1 responsable/enlace Mentalidad Deportiva y CB Alhama
Marzo – Abril	Talleres a familias	1 responsable/enlace del proyecto por club 1 responsable /enlace ayuntamiento 1 responsable/enlace Mentalidad Deportiva y CB Alhama
Mayo	CARRERA "El valor del deporte"	Concejalía deportes Alhama de Murcia

Presupuesto

BLOQUE 1. INVESTIGACIÓN "EL VALOR DEL DEPORTE"

- Para llevar a cabo la recogida de información, será necesario contar con la colaboración de los clubes interesados en participar, de esta forma, cada club designará un responsable del proyecto en el que recaerá la responsabilidad de servir de enlace entre la organización del proyecto y los miembros de su club (entrenadores/padres y madres) así como garantizar la participación activa de sus miembros.
- Mentalidad Deportiva creará una plataforma digital donde cada deportista deberá entrar con un código asignado a su club para cumplimentar la encuesta.
- Mentalidad Deportiva será responsable del análisis de los datos recabados, así como de generar el informe correspondiente que se depositará en la concejalía de deportes una vez culminada esta fase.

El coste de este bloque se establece aproximado y se asocia a las necesidades de material de papelería para la presentación y difusión del programa, así como de la recogida de consentimientos informados en formato fisco de papel requeridos por la normativa actual de protección de datos y autorización de menores. Se calcula un gasto de 0.30 euros por deportista participante.

- Por cada 100 deportistas que participen, se estima un coste de 30 euros.

Presupuesto

BLOQUE 2. MESA REDONDA Y FORMACIÓN A ENTRENADORES, PADRES Y MADRES

- Se realizará una mesa redonda con las características indicadas en apartados anteriores. El coste de esta actividad se estima en base a los desplazamientos y dietas de los participantes a la misma.
- Se realizarán cuatro talleres de 2 horas y tendrá un coste de 640 euros + IVA donde se incluye, el material para los alumnos/as y el desplazamiento de los docentes. El material de los entrenadores y familiares participantes estará compuesto por una guía editada con los datos y conclusiones extraídas, así como dinámicas y recomendaciones para la enseñanza de valores a través del deporte. El coste asignado al docente no se especifica ya que será asumido en su totalidad por Mentalidad Deportiva.

BLOQUE 3. CARRERA "EL VALOR DEL DEPORTE".

Coste no especificado a la espera de ser valorado por la Concejalía de Deportes de Alhama de Murcia

BLOQUE 4. ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN:

Coste no especificado a la espera de ser valorado por la Concejalía de deportes de Alhama de Murcia

CONTACTO

CLUB BALONCESTO ALHAMA

Jose Pagán Sánchez clubbaloncestoalhama@gmail.c 616 189 658



MENTALIDAD DEPORTIVA

Clara López Mora claralopez@mentalidaddeportiva.com 679 920 207



