

Competencias generales de DpD que los/as niños, niñas y jóvenes ganan en programas de DpD

El deporte es más que un ejercicio físico; el deporte es el **desarrollo personal y social** de las personas jóvenes. Dado el amplio atractivo del deporte, sobre todo entre las personas jóvenes de difícil acceso, las actividades deportivas son un medio ideal **para promover varios objetivos de desarrollo** e impartir y reforzar **diferentes competencias** que los/as niños, niñas y jóvenes necesitan en su vida diaria.

Para abarcar toda la gama de competencias que **los/as niños, niñas y jóvenes** pueden adquirir en el ámbito del DpD, o que **las personas entrenadoras e instructoras** deberían tener cuando trabajan en el ámbito del DpD, hemos desarrollado grupos de competencias de DpD en diferentes niveles. Los marcos de competencias del DpD incluyen **competencias individuales, sociales, metodológicas/estratégicas y específicas del deporte**. La mayoría de las competencias se derivan de nuestro [material de enseñanza y aprendizaje](#).

Competencias Individuales	Competencias Sociales	Competencias Metodológicas, Estratégicas	Competencias específicas del deporte
Autoestima, seguridad, confianza Motivación Responsabilidad Capacidad crítica, capacidad para resolver conflictos Resiliencia Orientación a resultados Adaptabilidad Creatividad	Cambio de perspectiva y empatía Respeto, juego limpio y tolerancia Solidaridad Comunicación Cooperación	Pensamiento crítico Toma de decisiones Resolución de problemas	Competencias motrices generales Competencias técnicas básicas Competencias tácticas básicas

En línea con otros sistemas teóricos y **para explicar el cambio a nivel individual**, dividimos las competencias en **tres niveles: Reconocer, Evaluar y Actuar**.¹ El marco general de competencias de DpD que figura a continuación se considera una **recopilación global y exhaustiva para** obtener una **visión general** de las competencias generales que los/as niños, niñas y jóvenes pueden adquirir en los programas de DpD. Es importante destacar, que cada persona que quiere desarrollar un programa de DpD debe decidir la **selección de competencias** que desea desarrollar con sus personas beneficiarias.

Para la especificación de los objetivos del programa y del aprendizaje, **recomendamos encarecidamente trabajar con nuestros grupos de competencias específicas**. Si los/as entrenadores/as quieren abordar explícitamente temas como la salud, la igualdad de género o la prevención de la violencia, deben utilizar los grupos específicos de **los ODS** (Objetivos de Desarrollo Sostenible).

Haga clic en uno de los siguientes iconos para acceder a los grupos de competencias específicos de los ODS:



¹ Se decidió utilizar este modelo (reconocer-evaluar-actuar) que se desarrolló en el contexto del "aprendizaje global" ([KMK y BMZ, 2016](#)), porque es el que mejor encaja en el área temática de DpD. Otros modelos similares incluyen los pasos "conocimiento-actitud-comportamiento" o "conectar-mejorar-transformar" (véase [Commonwealth, 2019](#), p. 42).

Competencias generales que adquieren los/as niños, niñas y jóvenes en los programas de Deporte para el Desarrollo (13 - 16 años)²

Competencias individuales: Los/as niños/as y jóvenes pueden...	Autoestima, confianza y seguridad ... reconocer la capacidad de desarrollar una autopercepción realista y positiva. ... confiar en su propio poder, en sus capacidades, cualidades y en su instinto. ... confiar en las demás personas, así como en los/as compañeros/as de equipo, colegas y supervisores/as del trabajo.
	Motivación ... aprender sobre los diferentes tipos de actitudes hacia la actividad física. ... se dan cuenta de que las actividades en equipo pueden ayudarles a ser activos/as. ... manejar sus emociones y deseos experimentados tanto en el deporte y como en su vida cotidiana.
	Responsabilidad ... saber de la importancia de ser disciplinados/as y trabajar con constancia. ... entender que son responsables de sus actos, que se anticipen a las consecuencias y actúen debidamente ... tener valor para asumir la responsabilidad ante las demás personas.
	Capacidad crítica, capacidad para resolver conflictos ... aprender a corregir los comportamientos negativos mediante cambios positivos. ... reflexionar sobre los comentarios de su cuerpo, su entorno, su entrenador/a sus amigos o su familia. ... gestionar la crítica constructiva de forma adecuada.
	Resiliencia ... adquirir conocimientos sobre cómo utilizar el deporte como herramienta en situaciones difíciles. ... comprender los importantes beneficios que se obtienen al participar en deportes y actividades físicas. ... toman constantemente buenas decisiones a pesar de las influencias negativas en sus vidas.
	Orientación a resultados ... reconocer sus comportamientos personales y considerar los pasos necesarios para tener éxito y alcanzar un determinado objetivo. ... desarrollar un compromiso personal para centrarse en las tareas y en los resultados en torno a ella ... establecer objetivos claros y resistirse a las distracciones y mantenerse centrados/as en la obtención de sus objetivos.

² Las siguientes competencias enumeradas se han recogido de nuestros [Materiales de Enseñanza y Aprendizaje](#) desarrollados en diferentes países. Además, a algunas partes de la tabla se cita o ajustan a partir de los siguientes documentos y sitios web: [El deporte para el desarrollo y la paz y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible \(Secretaría de la Commonwealth, 2015\)](#); [Mejora de la contribución del deporte a los Objetivos de Desarrollo Sostenible \(Secretaría de la Commonwealth, 2017\)](#); [El deporte y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. An overview outlining the contribution of sport to the SDGs \(UNOSDP\)](#); [Education for Sustainable Development Goals, Learning Objectives \(UNESCO, 2017\)](#).

	<p>Adaptabilidad ... reconocer ideas de buenas alternativas que puedan convertirse en futuros hábitos. ... reflexionar de forma crítica sobre las circunstancias cambiantes y su capacidad de ser flexible. ... incorporar los conocimientos adquiridos en experiencias anteriores a las acciones actuales.</p> <p>Creatividad ... identificar sus conocimientos, competencias y experiencias para generar nuevas ideas y soluciones a los problemas. ... generar nuevas ideas sobre el deporte y el buen comportamiento. ... animar a otras personas a tomar decisiones y actuar en favor de desarrollar y aplicar colectivamente acciones innovadoras.</p>
<p>Competencias sociales: Los/as niños/as y jóvenes pueden...</p>	<p>Cambio de perspectiva y empatía ... aprender sobre la solidaridad, tanto individual como colectivamente. ... reflexionar y respetar las necesidades, perspectivas y acciones de los demás. ... ponerse en el lugar de otras personas y comprender sus valores, actitudes, sentimientos, pensamientos y acciones.</p> <p>Respeto, juego limpio y tolerancia ... reconocer las necesidades, perspectivas y acciones de los demás. ... dar cuenta de que el deporte se basa en valores (respeto, juego limpio y tolerancia) que se aplican a todo el mundo. ... valorarse a sí mismos/as y a las demás personas siendo educados/as, siguiendo las normas y reglas y aceptando con honor la derrota o una situación de victoria.</p> <p>Solidaridad ... comprender los beneficios de la acción pública orientada a la actividad física. ... desarrollar hábitos deportivos que pueden convertirse en una oportunidad para unir a su comunidad. ... mostrar una actitud de inclusión y preocupación por los demás.</p> <p>Comunicación ... reconocer la importancia de comunicarse bien. ... comprender su propio papel de "emisor/a" o "receptor/a", así como los comportamientos y las reacciones (es decir, verbales y físicas) asociadas a cada papel en términos de comunicación. ... escuchar a los/as compañeros/as de equipo, a los/as colegas y a las demás personas, observando el lenguaje corporal para realizar las preguntas correctas</p> <p>Cooperación ... aprender a desarrollar objetivos (comunes) y estrategias sobre cómo alcanzarlos. ... consideran que las actividades físicas y deportivas son excelentes medios para aprender las características del trabajo en equipo. ... trabajar con otras personas para lograr un objetivo individual y/o colectivo.</p>

<p>Competencias metodológicas, estratégicas: Los/as niños/as y jóvenes pueden...</p>	<p>Pensamiento crítico ... identificar el motivo para mantener buenas actitudes. ... cuestionar normas, opiniones y prácticas. ... afrontar las consecuencias de sus actos.</p>
	<p>Toma de decisiones ... evaluar la situación y seleccionar un curso de acción entre varias posibilidades alternativas. ... darse cuenta de que el autocontrol es el factor determinante del buen comportamiento. ... tomar medidas basadas en decisiones informadas considerando todas las opciones y sopesar los aspectos positivos y negativos de cada opción para producir una decisión final racional y lógica incluso cuando se encuentran en situaciones difíciles.</p>
	<p>Resolución de problemas ... detectar, analizar y corregir errores. ... desarrollar ideas sobre cómo utilizar el deporte y la actividad física para llegar a una solución y ponerla en práctica. ... aplicar diferentes marcos de resolución de problemas a situaciones complejas y crear opciones viables para resolverlos</p>
<p>Competencias específicas del deporte³:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de las competencias motoras generales (velocidad, resistencia, fuerza, coordinación, flexibilidad). - Desarrollo de competencias técnicas básicas (específicas del deporte): los/as niño/as y jóvenes son capaces de... <ul style="list-style-type: none"> o ... correr, saltar, esquivar, driblar, pasar, disparar, lanzar, atrapar, etc. o ... utilizar diferentes técnicas sensoriales y motoras de forma variada. - Desarrollo de competencias tácticas básicas: Los/as niños/as y jóvenes son capaces de ... <ul style="list-style-type: none"> o ... explicar las estructuras y estrategias de un juego. o ... actuar de manera planificada y orientada a objetivos. De esta manera, las personas participantes toman decisiones inteligentes utilizando los medios disponibles y las posibilidades ofrecidas por otra persona, un grupo o un equipo. o ... saber en situaciones específicas del juego qué acción conduce al éxito ("inteligencia de juego"). o ... actuar de forma creativa y elegir varias soluciones ("creatividad de juego"). o ... comprender el comportamiento comunicativo y cooperativo de cada uno de los miembros individuales del equipo.

³ Baur, J., Bös, K., Conzelmann, A. y Singer, R. (2009). *Handbuch motorische Entwicklung*. Schorndorf.