

Competencias que adquieren los/as niños, niñas y jóvenes en los programas de deporte para la cohesión social e inclusión de personas con discapacidades

El **Objetivo 10** de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) pretende alcanzar numerosas metas directamente relacionadas con la cohesión social e inclusión de personas con discapacidades, entre ellas promover la inclusión social, económica y política universal, garantizar la igualdad de oportunidades y poner fin a la discriminación. Por supuesto, el deporte por sí solo no puede crear sociedades cohesionadas, pero puede **contribuir a crear relaciones y una comprensión** más allá de las diferencias sociales, económicas y culturales. Cuando se aplica de manera eficaz, el deporte puede enseñar principios esenciales tales como la **tolerancia, solidaridad, cooperación y el respeto mutuo**. La participación en el deporte puede ofrecer a las personas participantes la **oportunidad de conectar** con otros grupos y crear una **identidad** compartida. Al potenciar las relaciones y la interconexión entre las personas, las actividades deportivas pueden contribuir a un mayor sentimiento de identidad y de pertenencia, lo que puede conducir a una ciudadanía activa fuera del entorno deportivo. El deporte también puede proporcionar un **espacio seguro y adaptado** para incluir a personas con diferentes capacidades físicas o mentales.

En el siguiente marco de **competencias de cohesión social e inclusión de personas con discapacidades**, se encontrarán esbozadas competencias específicas en las áreas de **las competencias individuales, competencias sociales, competencias metodológicas/estratégicas y competencias específicas del deporte**. En consonancia con otros sistemas teóricos y con el fin de **explicar el cambio a nivel individual**, dividimos las competencias en **tres niveles: Reconocer, Evaluar y Actuar**.¹

Los **programas de DpD** que están diseñados para contribuir a las **metas** seleccionadas **del ODS 10** deben incluir actividades para niños, niñas y jóvenes con el fin de que puedan...

... comprender la importancia de la actividad física y el deporte para su propio bienestar y desarrollo saludable, especialmente en términos de competencias sociales y para la vida.

... saben cómo interactuar con individuos de diferentes orígenes y con diferentes capacidades.

... saber evaluar su propio entorno y sus actitudes con respecto a los diferentes grupos.

... reflexionar críticamente sobre sus normas culturales, sociales y políticas subyacentes y sobre cómo afectan a la cohesión e inclusión social.

... reflexionar y debatir sobre sus actitudes y relaciones con otros grupos.

... sentirse conectados/as con los demás dentro del deporte y de sus comunidades.

... reflexionar sobre las formas de contribuir en su comunidad.

... aplicar estrategias para desarrollar la empatía y cuestionar las ideas preconcebidas sobre los diferentes grupos.

... comportarse de forma abierta y respetuosa, valorando activamente las aportaciones de las diferentes culturas y grupos.

... contribuyen activamente a la cohesión e inclusión social e en su comunidad y en la vida cívica en general.

¹ Se decidió utilizar este modelo (reconocer-evaluar-actuar) que se desarrolló en el contexto del “aprendizaje global” (KMK & 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).

El marco de competencias se considera una **recopilación exhaustiva** de competencias. No obstante, es importante destacar que no todos los/as niños, niñas y jóvenes adquieren automáticamente todas las competencias. Debido a ello, cada persona que quiere desarrollar un programa de DpD debe decidir la **selección de competencias** que desea desarrollar para sus personas beneficiarias. De este modo, se debe destacar que los marcos son una presentación útil de las competencias que pueden y podrían adquirir los/as niños, niñas y jóvenes que participan en actividades de DpD.

Competencias que adquieren los/as niños, niñas y jóvenes en los programas de deporte para la cohesión social e inclusión de personas con discapacidades

Competencias individuales: Las/os niñas/os y jóvenes son capaces de...	Autoestima y confianza ... conocer la cohesión social y la inclusión de personas con discapacidades de su comunidad. ... considerar las experiencias y los antecedentes de las personas y las estructuras de su comunidad. ... creer en su propio poder, habilidades, cualidades y juicio para tratar con diferentes personas y estructuras.
	Responsabilidad ... reconocer su rol y las formas de participar en su comunidad. ... reflexionar sobre las posibilidades de actuar de manera a lograr una mayor cohesión social e inclusión de personas con discapacidades en su comunidad. ... participar activamente en su propia comunidad a fin de apoyar la cohesión social y la inclusión de personas con discapacidades.
	Capacidad crítica, capacidad para resolver conflictos ... conocer su papel en situaciones de exclusión o conflicto. ... reflexionar antes de actuar en una situación de exclusión o conflicto. ... absorber los puntos de crítica, mantenerse receptivo/a y responder de forma adecuada.
	Resiliencia ... aprender de las experiencias negativas y seguir adelante. ... reflexionar sobre su capacidad de resiliencia y superar las experiencias negativas. ... encontrar formas de apoyar la cohesión social y la inclusión de personas con discapacidades a pesar de los desafíos.
	Orientación a resultados ... comprender el valor de lograr y alcanzar un objetivo. ... pensar en cómo la cohesión social y la inclusión de personas con discapacidades influyen en su capacidad para lograr ese objetivo. ... resistirse a las distracciones y no perder de vista sus objetivos personales, independientemente de sus antecedentes y capacidades personales.
	Adaptabilidad ... reconocer la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones de inclusión o exclusión. ... comprender que a través de situaciones inclusivas/exclusivas que experimentan en el ámbito deportivo, pueden reflexionar sobre las situaciones que viven en sus comunidades. ... modificar sus reacciones ante el cambio de circunstancias de forma inclusiva y respetuosa.
	Creatividad ... identificar sus competencias y experiencias relacionadas con los comportamientos inclusivos o excluyentes para actuar de forma inclusiva y respetuosa.

	<p>... comprender que la exclusión se produce a menudo debido a actitudes o sistemas discriminatorios.</p> <p>... abrir sus mentes y crear soluciones innovadoras para crear inclusión de personas con discapacidades y cohesión social.</p>
<p>Competencias sociales: Las/os niñas/os y jóvenes son capaces de...</p>	<p>Cambio de perspectiva y empatía</p> <p>... anticipar cómo puede afectar a las demás personas un comportamiento exclusivo.</p> <p>... imaginarse como siendo parte de diferentes grupos o en un rol diferente.</p> <p>... respetar a las demás personas, aunque sean adversarios, y demostrar empatía.</p>
	<p>Respeto, juego limpio y tolerancia</p> <p>... describir formas de mantenerse tolerante y respetar a las diferentes personas.</p> <p>... apreciar a las demás personas, independientemente de su edad, sexo, antecedentes familiares, origen y capacidades físicas y mentales.</p> <p>... actuar de forma respetuosa e inclusiva en situaciones nuevas o desafiantes.</p>
	<p>Solidaridad</p> <p>... saber intervenir en situaciones de exclusión.</p> <p>... entender cómo evitar o gestionar la exclusión creando un entorno de apoyo y pertenencia.</p> <p>... ayudarse mutuamente y utilizar colectivamente una variedad de competencias.</p>
	<p>Comunicación</p> <p>... aprender sobre su propio comportamiento en relación con diferentes grupos.</p> <p>... reflexionar sobre su capacidad para formular preguntas o declaraciones de forma respetuosa e inclusiva.</p> <p>... practicar la comunicación inclusiva y la escucha activa.</p>
	<p>Cooperación</p> <p>... aprender sobre los efectos positivos de tener un fuerte sentido de pertenencia.</p> <p>... disfrutar de estar en un lugar donde pueden cooperar y sentirse seguros/as.</p> <p>... colaborar con otras personas de forma respetuosa e integradora, ayudando a que las otras personas también adquieran un sentido de pertenencia.</p>
<p>Competencias metodológicas, Competencias estratégicas: Las/os niñas/os y jóvenes son capaces de...</p>	<p>Pensamiento crítico</p> <p>... identificar los comportamientos inclusivos y excluyentes en su entorno.</p> <p>... reflexionar críticamente sobre su propio rol, sobre convertirse en modelos a seguir, y sobre cómo su propio comportamiento puede contribuir a la inclusión y a la cohesión social.</p> <p>... tomar las medidas necesarias para construir relaciones inclusivas.</p>
	<p>Toma de decisiones</p> <p>... considerar todas las opciones y tener en cuenta los aspectos positivos y negativos de cada una de ellas.</p> <p>... reflexionar sobre cómo las decisiones pueden ser menos o más inclusivas.</p> <p>... tomar decisiones respetuosas e inclusivas.</p>

	<p>Resolución de problemas</p> <p>... comprender los problemas relacionados con la exclusión social a nivel individual, organizativo y social.</p> <p>... identificar formas de resolver el problema de la exclusión social a nivel individual, organizativo y social.</p> <p>... aplicar estrategias inclusivas de resolución de problemas teniendo en cuenta los diferentes contextos personales y culturales.</p>
<p>Competencias específicas del deporte ²</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 niños/as y jóvenes son capaces de... <ul style="list-style-type: none"> o ... correr, saltar, brincar, driblar/regatear, pasar, tirar, lanzar, atrapar, etc. o ... utilizar diferentes técnicas sensoriales y motrices 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 forma planificada y orientada hacia un objetivo. 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 concretas de 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.

² Baur, J., Bös, K., Conzelmann, A. y Singer, R. (2009). *Handbuch motorische Entwicklung*. Schorndorf.