

Objetivos educativos adecuados

Contar con unos objetivos educativos adecuados es esencial para desarrollar las habilidades deportivas y para la vida de los y las jóvenes participantes. En pocas palabras, las actividades que elige un entrenador o una entrenadora como parte de una sesión de entrenamiento de deporte para el desarrollo deben ser aptas —ni demasiado fáciles ni demasiado difíciles— para el grupo participante, y **ajustarse siempre al contexto y al bagaje personal y sociocultural de los y las jóvenes**, en el sentido de tratar de gestionar la diversidad.

En cualquier caso, recuerde que existen cinco principios fundamentales del deporte para el desarrollo, y que este solo puede desplegar su potencial completo si se tienen en cuenta y se aplican todos ellos.



Lo que parece sencillo sobre el papel puede resultar difícil en la práctica. Un buen entrenador o una buena entrenadora es capaz de diseñar una sesión de entrenamiento para jóvenes participantes que motive y promueva a todos y todas por igual, atendiendo siempre a su nivel de habilidades particular y a sus necesidades personales. Para lograrlo, es importante tener en cuenta varios factores clave que son los que determinan las necesidades de cada participante.

El **bagaje personal** de cada joven participante influye en sus necesidades en todas las etapas de la vida.

Por ejemplo, para jóvenes con temperamento violento puede resultar beneficioso realizar actividades centradas especialmente en la prevención de la violencia. En cambio, los niños y niñas soldados traumatizados pueden beneficiarse de un conjunto totalmente diferente de habilidades para la vida. Un buen entrenador o una buena entrenadora de deporte para el desarrollo es consciente de estas circunstancias personales y planifica las actividades en consecuencia. El entrenador o la entrenadora debe comprender también que cada participante tiene sus propios objetivos personales, por lo que debería diseñar las actividades de deporte para el desarrollo de manera que ayude a estos y estas jóvenes a lograr su pleno potencial personal.

Bagaje personal

Nivel de habilidades

El **nivel de habilidades** hace referencia a las **cuatro dimensiones del desarrollo** a través del deporte para el desarrollo (cognitiva, social, deportiva y física). Cada joven participante se encontrará en una etapa diferente de desarrollo en lo que respecta a estas dimensiones, y las actividades deben estructurarse de manera que permitan a todos los y las miembros del grupo desplegar su pleno potencial. Esto puede significar diseñar diferentes actividades para participantes con diferentes niveles de habilidades.

El **contexto cultural** de un programa de deporte para el desarrollo desempeña un papel importante en su diseño.

Al desarrollar actividades de deporte para el desarrollo hay que tener en cuenta siempre el contexto cultural, ya sea en cuanto a los roles y las relaciones de género, la cultura de aprendizaje o el grado de rigidez o flexibilidad de las estructuras jerárquicas.

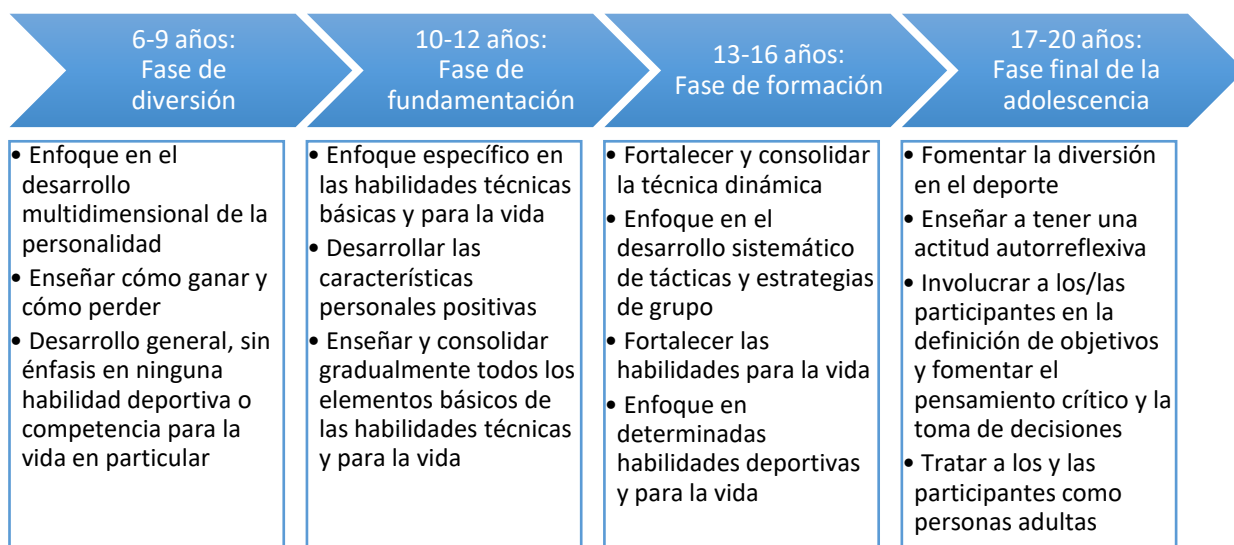
Contexto cultural

Edad

La **edad** de los y las jóvenes participantes es uno de los factores que más influye en sus necesidades. Se puede acceder a directrices que esbozan las características y los objetivos fundamentales de las personas participantes de acuerdo con el estado físico y mental habitual en las diferentes etapas de la vida, en el sitio web *Sport for Development Resource Toolkit*: [Tools For Your Practice – S4D Teaching and Learning Materials – South Africa – YDF Manual for Coaches, South Africa](#).

En general, el conjunto de participantes puede dividirse en cuatro grupos de edad, cada uno con diferentes objetivos principales que un entrenador o entrenadora debe conocer.

Recuerde que los **niños y niñas de la misma edad pueden encontrarse en diferentes etapas de desarrollo** a nivel deportivo y de habilidades para la vida y que ciertos factores clave, como el bagaje personal, siempre influyen en sus necesidades.



Encontrará ejemplos de lo que sería una sesión de entrenamiento de deporte para el desarrollo adecuada a la edad en diferentes deportes en el sitio web *Sport for Development Resource Toolkit*: [Tools For Your Practice – S4D Teaching and Learning Materials – Namibia](#).

Un entrenador o entrenadora debería seguir ciertas pautas para definir objetivos educativos adecuados, teniendo en cuenta al mismo tiempo toda la información mencionada anteriormente. Para poder desarrollar sesiones de entrenamiento eficaces, el entrenador o la entrenadora debería tener presentes las siguientes consideraciones (estas **pautas no pretenden ser en ningún caso exhaustivas** ni completas, y habrá que ampliarlas de acuerdo con las necesidades y circunstancias personales de los y las jóvenes participantes):

- ✓ ¿Qué logros han conseguido los y las participantes en el pasado y cuál es su bagaje personal?
- ✓ ¿Cuál es su nivel actual de habilidades deportivas y para la vida?
- ✓ Identifique las habilidades deportivas y para la vida que se abordarán (para más información al respecto, véase el curso básico **Desarrollo de habilidades para la vida**).
- ✓ Enumere los objetivos por orden de prioridad.

Dado que, según su edad, las personas participantes se encontrarán en diferentes etapas de desarrollo en cuanto a las habilidades cognitivas, la capacidad de atención, el aguante, etc., el marco temporal de una sesión de entrenamiento deberá adaptarse a los requerimientos y edades de dichas personas.

Como referencia general, los entrenadores y entrenadoras deberían tener en cuenta las siguientes recomendaciones sobre la **duración de una sesión de entrenamiento de deporte para el desarrollo**:

