

Competencias que adquieren los/as niños, niñas y jóvenes en los programas de deporte para la cohesión social

El **Objetivo número 10** de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) pretende alcanzar numerosas metas directamente relacionadas con la cohesión social, 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.

En el siguiente marco de **competencias de cohesión social**, 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...

<p>... 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.</p> <p>... saben cómo interactuar con individuos de diferentes orígenes.</p> <p>... saber evaluar su propio entorno y sus actitudes con respecto a los diferentes grupos.</p>	<p>... reflexionar críticamente sobre sus normas culturales, sociales y políticas subyacentes y sobre cómo afectan a la cohesión social.</p> <p>... reflexionar y debatir sobre sus actitudes y relaciones con otros grupos.</p> <p>... sentirse conectados/as con los demás dentro del deporte y de sus comunidades.</p> <p>... reflexionar sobre las formas de contribuir en su comunidad.</p>	<p>... aplicar estrategias para desarrollar la empatía y cuestionar las ideas preconcebidas sobre los diferentes grupos.</p> <p>... comportarse de forma abierta y respetuosa, valorando activamente las aportaciones de las diferentes culturas y grupos.</p> <p>... contribuyen activamente en su comunidad y en la vida cívica en general.</p>
--	--	---

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

Competencias individuales:
Las/os niñas/os y jóvenes son capaces de...

Autoestima, confianza y seguridad

- ... conocer la cohesión social 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

- ... conocer las diferentes formas de participar en su comunidad.
- ... reflexionar sobre las posibilidades de emprender acciones positivas en su comunidad.
- ... participar activamente en su propia comunidad.

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 las consecuencias psicológicas y sociales de la falta de cohesión social.
- ... ajustarse a los diferentes niveles de cohesión social y encontrar formas de fomentar una mayor cohesión social.

Orientación a resultados

- ... comprender el valor de lograr y alcanzar un objetivo.
- ... pensar en cómo la cohesión social influye en su capacidad para lograr ese objetivo.
- ... resistirse a las distracciones y no perder de vista sus objetivos personales.

Adaptabilidad

- ... reconocer la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones.
- ... comprender que a través de situaciones inclusivas/exclusivas que experimentan en el campo 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 para actuar de forma inclusiva y respetuosa.
- ... comprender que la exclusión se produce a menudo debido a actitudes o sistemas discriminatorios.
- ... abrir sus mentes y crear soluciones innovadoras para crear inclusión y cohesión social.

Competencias sociales: Las/os niñas/os y jóvenes son capaces de...	Cambio de perspectiva y empatía ... anticipar cómo puede afectar a las demás personas un comportamiento exclusivo. ... imaginarse como siendo parte de diferentes grupos o en un papel diferente. ... respetar a las demás personas, aunque sean adversarios, y demostrar empatía.
	Respeto, juego limpio y tolerancia ... describir formas de mantenerse tolerante y respetar a las personas diversas. ... apreciar a las demás personas, independientemente de su edad, sexo, antecedentes familiares y origen. ... actuar de forma respetuosa e inclusiva en situaciones nuevas o desafiantes.
	Solidaridad ... saber intervenir en situaciones de exclusión. ... entender cómo evitar o gestionar la exclusión creando un entorno de apoyo y pertenencia. ... ayudarse mutuamente y utilizar colectivamente una variedad de competencias.
	Comunicación ... aprender sobre su propio comportamiento en relación con diferentes grupos. ... reflexionar sobre su capacidad para formular preguntas o declaraciones de forma respetuosa e inclusiva. ... practicar la comunicación inclusiva y la escucha activa.
	Cooperación ... aprender sobre los efectos positivos de tener un fuerte sentido de pertenencia. ... disfrutar de estar en un lugar donde pueden cooperar y sentirse seguros/as. ... colaborar con otras personas de forma respetuosa e integradora, ayudando a que las otras personas también adquieran un sentido de pertenencia.
Competencias metodológicas, Competencias estratégicas: Las/os niñas/os y jóvenes son capaces de...	Pensamiento crítico ... identificar los comportamientos inclusivos y excluyentes en su entorno. ... 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. ... tomar las medidas necesarias para construir relaciones inclusivas.
	Toma de decisiones ... considerar todas las opciones y tener en cuenta los aspectos positivos y negativos de cada una de ellas. ... anticipar las diferentes opciones de decisión y sus resultados para determinar cuál es la mejor opción para una situación determinada ... tomar decisiones respetuosas e inclusivas.

	<p>Resolución de problemas</p> <p>... analizar y corregir sus errores, manteniendo el control de sus propios sentimientos y acciones.</p> <p>... definir un problema, analizarlo y desarrollar estrategias para resolverlo de forma respetuosa.</p> <p>... aplicar estrategias de resolución de problemas que son culturalmente adecuadas, inclusivas y respetuosas.</p>
<p>Competencias específicas del deporte²</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"> ○ ... correr, saltar, brincar, driblar/regatear, pasar, tirar, lanzar, atrapar, etc. ○ ... 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"> ○ ... explicar las estructuras y estrategias de un juego. ○ ... 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. ○ ... saber en situaciones concretas de juego qué acción conduce al éxito ("inteligencia de juego"). ○ ... actuar de forma creativa y elegir varias soluciones ("creatividad de juego"). ○ ... 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.