



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

TRABAJO FIN DE GRADO:

INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE JÓVENES EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

Presentada por **MARIA CRISTINA PÉREZ SANZ** para optar al Grado de Educación Social por la Universidad de Valladolid

Tutelado por:
Ana Velasco Gil

RESUMEN

En este trabajo se pretende analizar la situación general del colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión social y de cómo podría llevarse a cabo un tipo de intervención educativa con ellos a través de la actividad física y el deporte, especialmente centrándonos en aquellos que presentan características de su personalidad con rasgos violentos.

Se trata de un trabajo que presenta un diseño de intervención destinado a un grupo de jóvenes de un centro de menores en el que se establece la actividad física y el deporte como instrumento de intervención educativa y herramienta de reinserción social a través de la cuál estos jóvenes desarrollen sus habilidades sociales.

PALABRAS CLAVE

Actividad física, deporte, jóvenes, violencia, integración, exclusión social, habilidades sociales.

ABSTRACT:

This paper aims to analyze the general situation of the group of young people at risk of social exclusion and how it could be done a type of educational intervention with them through physical activity and sport, especially focusing on those with characteristics violent personality traits.

It is a work that presents a design intervention for a group of young people from a juvenile facility in physical activity and sport is established as a tool for educational intervention and tool for social reintegration through which these young develop their social skills.

KEYWORDS:

Physical activity, sport, young, violence, integration, social exclusion, social skills.

INDICE

1. Introducción.....	Pág. 5
2. Objetivos.....	Pág. 7
3. Justificación.....	Pág. 8
4. Fundamentación.....	Pág. 10
4.1. Análisis de la situación de los jóvenes en riesgo de exclusión social.....	Pág. 10
4.1.1. Entorno socio-económico.....	Pág. 11
4.1.2. Factores psicosociales.....	Pág. 13
4.1.3. Conductas antisociales características de estos jóvenes.....	Pág. 15
4.2. Intervención educativa a través de la actividad física.....	Pág. 18
4.2.1. La actividad física como medio de comunicación y participación social.....	Pág. 18
4.2.2. Características de la actividad física con respecto al colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión.....	Pág. 20
4.2.3. Tipo de actividades y medios en los que se puede realizar.....	Pág. 23
4.3. Proyecto concreto con jóvenes en situación de privación de libertad debido a conductas violentas.....	Pág. 25
4.3.1. Introducción.....	Pág. 25
4.3.2. Justificación del proyecto.....	Pág. 26
4.3.3. Colectivo objeto de estudio.....	Pág. 28
4.3.4. Objetivos del proyecto.....	Pág. 29
4.3.5. Metodología y organización.....	Pág. 30

4.3.6. Recursos humanos y materiales de la propuesta o diseño de intervención.....	Pág. 31
4.3.7. Actividades del proyecto/ propuestas/ de la intervención lúdico educativa.....	Pág. 32
4.3.8. Evaluación del proyecto.....	Pág. 33
4.3.9. Conclusiones.....	Pág. 34
5. Conclusiones o recomendaciones.....	Pág. 36
6. Propuestas.....	Pág. 37
7. Referencias bibliográficas.....	Pág. 38
8. Anexos.....	Pág. 40

1. INTRODUCCIÓN

El tema de este Trabajo de Fin de Grado, sobre la “Intervención educativa de jóvenes en riesgo de exclusión social a través de la actividad física y el deporte”, surge del interés por la integración de jóvenes pertenecientes a ambientes desfavorecidos, utilizando como medio el deporte y el juego colectivo con la finalidad de crear en ellos un ambiente de participación y comunicación.

Se puede introducir este trabajo a través del Artículo 2 de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO en la que se defiende que *la educación física y el deporte constituyen un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de educación*, por ello se pueden considerar un instrumento útil para la educación que se puede utilizar en todo tipo de jóvenes. A pesar de que en este trabajo nos centremos en aquellos jóvenes que se encuentren en situación de riesgo de exclusión social ya que se considera que son aquellos que presentan más necesidades. Es muy importante señalar antes de comenzar que *el deporte no es educar*, es decir que el deporte y la actividad física son instrumentos de educación que complementan otros estilos educativos para la adquisición de habilidades tanto físicas como sociales y que por sí solo el deporte no podría ser una intervención educativa.

En este trabajo se pretende analizar de un modo global el entorno y los factores de riesgo que caracterizan la situación de estos jóvenes, así como las conductas antisociales más comunes que se suelen detectar en ese tipo de ambiente o contexto social.

El análisis de la intervención educativa a través de la actividad física compone la parte fundamental del trabajo, ya que en ella se pretende mostrar la actividad física como un instrumento de integración del que los educadores se sirven para crear ambientes de participación y comunicación entre los jóvenes, especialmente aquellos que muestran actitudes y comportamientos alejados de las normas sociales como es el caso de jóvenes violentos o carentes de actitudes como el respeto o la asertividad, entre otros. En este apartado se intenta demostrar como la actividad física puede crear un ambiente colectivo de cooperación, que genere gran interés entre los jóvenes por su carácter lúdico, procurando a su vez que éstos conozcan diversas alternativas de ocio y tiempo libre.

Otra parte central del trabajo es la del proyecto de intervención en el que se concreta todo lo expuesto anteriormente, en él se propone un proyecto concreto de intervención educativa para un centro de menores que acoge a jóvenes con delitos relacionados con la violencia, especialmente aquellos juzgados por delitos de violencia familiar cuyo objetivo es que a través de la actividad y el juego colectivo éstos jóvenes adquieran cierto tipo de habilidades sociales en las que presentan carencias.

Este trabajo en sí pretende enmarcar la actividad física y el deporte en el ámbito de actuación de un educador social y cómo puede ser utilizado como un medio o herramienta más en la intervención para lograr la integración en nuestra sociedad de cualquier colectivo en situación de riesgo de exclusión social.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GENERAL

- Reducir o disminuir el riesgo de exclusión social en los jóvenes.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Investigar la incidencia de casos de jóvenes en riesgo de exclusión social.
- Estudiar los factores de riesgo en jóvenes desfavorecidos.
- Analizar las ventajas de la actividad física y el deporte en la intervención educativa.
- Fomentar las iniciativas deportivas para jóvenes en riesgo de exclusión.
- Incentivar el desarrollo de un ambiente de participación y comunicación entre los jóvenes a través de la propuesta de intervención.
- Favorecer la integración de jóvenes desfavorecidos en la sociedad.
- Fomentar la posibilidad de extrapolar la propuesta de intervención a otros centros de características similares.

3. JUSTIFICACIÓN

En la sociedad actual existe una creciente tendencia a comportamientos violentos por parte de los jóvenes, quienes en ocasiones por su situación vulnerable ante ciertos contextos sociales desfavorecidos, adquieren hábitos de vida alejados de las normas sociales, que desencadenan comportamientos violentos y situaciones de exclusión social. Por todo ello surge la necesidad de crear modelos de intervención educativa destinados a que éstos jóvenes adquieran habilidades sociales que les permitan llevar una vida normalizada. Uno de los modelos más eficaces en cuanto a aceptación por parte de los jóvenes es aquel que utiliza la actividad física debido a su carácter más lúdico mucho más atractivo para ellos, produciendo mayor nivel de participación voluntaria y una actitud más positiva ante la intervención. Por ello he considerado importante tener en cuenta este tipo de intervención a la hora de desarrollar este trabajo ya que la considero muy eficaz para los casos más difíciles.

La Real Academia Española define el deporte como *actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas*, según esto y quedándonos con la última parte de la definición en la que se expone como una actividad sujeta a normas, surge la idea de su utilización como instrumento de entrenamiento para la aceptación de normas sociales entre jóvenes en riesgo de exclusión social, especialmente aquellos con problemas por su comportamiento con rasgos violentos y aquellos incapaces de seguir o valorar las normas sociales impuestas para la convivencia cívica y pacífica en nuestra sociedad.

Como experiencia personal, el interés por este tema surgió a partir de los Practicum I y II realizados en el transcurso de la carrera de Educación Social, en el centro de menores infractores “Los Manzanos”, ubicado en Valladolid. Durante este periodo pude participar como alumna en prácticas en el día a día del centro, en el que la mayoría de los jóvenes estaban condenados por delitos de violencia. En el transcurso de estas prácticas pude observar también en relación a este tema, como semanalmente estos menores realizaban actividades de relajación como el yoga o lúdico-deportivas como el fútbol o el baloncesto, y como estas actividades les servían a los educadores para lograr fines educativos concretos. De todo ello surgió mi idea de crear sesiones de actividad física diarias o semanales para estos jóvenes y con el fin de lograr objetivos muy concretos de participación y cooperación entre los miembros puesto que es un modo de intervenir con ellos a través del juego colectivo, de tal modo que en ocasiones ni

siquiera los propios jóvenes eran conscientes de que se estaba realizando una intervención con ellos. Este tipo de intervención es muy positiva especialmente en ambientes como centros de menores en los que se trata de realizar una intervención ininterrumpida durante toda la medida y establecen horas de deporte en los patios, en algunos casos el único momento del día en el que estos jóvenes pueden salir al exterior del centro, por lo que aceptan éste tipo de actividades de una manera positiva y participativa, evitando o reduciendo los comportamientos violentos o desganados durante la actividad.

Otro de los puntos fuertes de los que nace el interés por este tema, surge a partir de dos asignaturas impartidas en la carrera en relación a la actividad física, una de ellas denominada como *Actividad física en la Educación Social*, en la que comprendí la relación existente entre la actividad física y la educación, y el papel fundamental que puede tomar la actividad física en la Educación Social, así como diseñar y realizar proyectos de participación social a través de la actividad física como por ejemplo en mi caso el que lleve a cabo junto a algunas compañeras y la asociación ACCEM, en el que diseñamos y realizamos un proyecto de actividad física con jóvenes inmigrantes en situación irregular. La otra asignatura de Educación Social que guarda directa relación con el tema de este trabajo, es aquella denominada como *Educación física adaptada a los diferentes colectivos*, en la cual pude comprender como influye la intervención educativa a través de la actividad física en los diferentes colectivos en riesgo de exclusión social, entre los que se encontraba el colectivo de menores.

Tras todas las experiencias citadas anteriormente surge el interés por promover este tipo de intervención educativa, muy propia para este colectivo de menores con el que se va a trabajar y con muchas ventajas con respecto a la minimización del riesgo de exclusión social y su integración en la sociedad de una manera normalizada, pero siempre teniendo en cuenta que los objetivos y la metodología de la intervención deben estar muy bien definidos para lograr cumplirlos a través de la actividad física y que no se convierta en una simple actividad lúdica de diversión y tiempo libre.

4. FUNDAMENTACIÓN.

4.1. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN DE LOS JÓVENES EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL.

Cuando hablamos de jóvenes y adolescentes se puede afirmar que se trata de unas edades en general altamente conflictivas, debido a los cambios que suceden en esa transición entre la niñez y la edad adulta, se trata también de una época llena de contrastes emocionales, en los que los sujetos comienzan a preguntarse sobre aspectos de su vida que nunca antes se habían planteado. Pero si a esta etapa del desarrollo tan conflictiva emocionalmente le añadimos una serie de factores personales y sociales el joven puede acercarse a una situación de riesgo de exclusión social en la que será necesaria la intervención de un educador social para conseguir volver o iniciar una vida normalizada con respecto a la sociedad.

Podemos considerar a los jóvenes en riesgo de exclusión social como un colectivo en constante crecimiento si tenemos en cuenta las últimas décadas, al igual que sucede con el colectivo de inmigrantes y drogodependientes, pudiendo incluirse estas dos últimas entre algunos de los casos del colectivo al que hace referencia este trabajo.

En este apartado se va a analizar las características, que a rasgos generales componen el comportamiento y la personalidad de jóvenes en riesgo de exclusión social, así como los factores personales, familiares y sociales que les llevan a esta situación, al igual que analizar los tipos de comportamientos violentos o conductas antisociales de los jóvenes que se dan en la sociedad actual en general, todo ello para intentar comprender los motivos y consecuencias de este tipo de conductas y realizar una propuesta de intervención lo más cercana posible a sus necesidades.

4.1.1. Entorno socio-económico.

En cuanto al entorno socio-económico podemos analizar que el colectivo de jóvenes en riesgo pertenece en su gran mayoría a los denominados como “barrios más desfavorecidos”, son aquellos que suelen acoger a las clases sociales con menos recursos económicos y con un rasgo de marginación social. Estos jóvenes pertenecen en muchas ocasiones a familias desestructuradas en las que los propios menores no pueden desarrollar sus habilidades sociales de una manera normalizada. En otras ocasiones estos jóvenes son víctimas de violencia familiar que posteriormente es enfocada hacia el exterior convirtiéndose ellos mismo en maltratadores en su entorno de iguales o con otros miembros de su propio entorno familiar, cayendo así en un bucle de violencia.

Estos jóvenes muchas veces no tienen ningún tipo de respeto por las normas sociales y carecen de habilidades para desenvolverse en un entorno normalizado.

En otros casos estos jóvenes son de origen extranjero o pertenecen a alguna minoría étnica por lo que hay que añadir también la problemática del idioma o de las costumbres de su propia cultura, en muchas ocasiones bastante alejada de la cultura social propia de nuestro país.

En cuanto al entorno familiar podemos encontrar casos en los que aparece un abandono de las responsabilidades parentales, es decir jóvenes que carecen de una figura de autoridad y con una imagen muy difusa de ésta. En otros casos las familias carecen de estrategias educativas o apoyo para llevarlas a cabo, como podría ser en el caso de una madre adolescente que no tenga ningún tipo de apoyo familiar, en otros casos las figuras de autoridad tienen estilos educativos demasiado permisivos o autoritarios creando en los jóvenes conflictos internos. En una pequeña parte de los casos también podemos encontrar situaciones en las que el propio entorno familiar haya perpetuado estilos de vida marginales o propios de una vida delictiva y no pretendan cambiarles, lo cual genera en estos jóvenes conflictos internos entre lo que se les enseña en la escuela en cuanto a valores y lo que aprenden en el barrio o en la propia familia. De este modo y como afirman Fernando Justicia, Juan Luís Benítez, M^a Carmen Pichardo, Eduardo Fernández, Trinidad García, María Fernández (2006) en su artículo “Aproximación a un nuevo modelo explicativo del comportamiento antisocial”: *Los estilos de crianza negativos (autoritario) por un lado, el control inconsistente y la baja supervisión parental por otro, afectan negativamente al comportamiento del niño. Existen datos que pueden afirmar que los padres de niños agresivos presentan estilos parentales*

coercitivos (autoritarios) que tienen un efecto negativo en el desarrollo del niño. Y no sólo los estilos autoritarios sino que los estilos parentales permisivos o incluso pasivos pueden ser igualmente perjudiciales para el joven durante de desarrollo de su personalidad en su adolescencia y adultez. Los padres que son descuidados, que rechazan a sus hijos o que son negligentes en su cuidado también tienen un alto riesgo de que sus hijos se vean implicados en actos violentos. (Benítez y Justicia 2006)

En resumen estos jóvenes en general carecen de figuras de autoridad concretas y presentan por ello comportamientos indisciplinados ante el cumplimiento de la normativa, por lo que se presenta como muy importante trabajar con ellos los modelos de conducta apropiados y el respeto por las normas sociales establecidas.

En el entorno escolar son jóvenes que presentan un alto grado de absentismo y fracaso escolar, considerando en ocasiones que *eso no es para ellos*. No son capaces de seguir hábitos y rutinas de estudio y presentan un rechazo claro por la educación y el sistema educativo.

No podemos pasar por alto que estos jóvenes pertenecen a barrios considerados muchas veces como “focos de droga”, en los que tienen que ver a su alrededor los continuos *trapicheos* que se dan tanto en su entorno de iguales como en el familiar en ocasiones, y terminando por ser ellos mismo los distribuidores o consumidores de éste tipo de sustancias que generan violencia y marginación y que al encontrarse al margen de la ley pueden acabar con estos jóvenes entre cumpliendo medidas judiciales o programas sociales de desintoxicación.

Estos jóvenes nacen y crecen en un entorno social caracterizado por la violencia y la pobreza, lo cual ejerce sobre estos jóvenes tan vulnerables una presión social que en ocasiones desemboca en comportamientos antisociales de los propios jóvenes.

A pesar de todo ello es importante destacar que no todos los jóvenes pertenecientes a estos entornos sociales tienen porque tener conductas violentas o antisociales, sino que algunos son capaces de sobreponerse a esa situación y llevar una vida lo más normalizada posible, sirviendo en ocasiones de apoyo y ejemplo para otros jóvenes que se encuentran en situaciones parecidas.

4.1.2. Factores psicosociales.

Dentro del colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión social podemos encontrar que cada uno de ellos presenta características personales muy diferentes, todas ellas resultado de las vivencias personales que han marcado su vida y el desarrollo de cada joven. A pesar de ello se pueden señalar una serie de rasgos que tienen cierta incidencia en este colectivo, lo cual no quiere decir que todas las personas que pertenecen a él compartan estos rasgos, sino a características que se repiten en un número significativo de miembros del colectivo. Estos jóvenes presentan entre otras una importante carencia en el desarrollo de las habilidades sociales especialmente en el caso de la asertividad o la empatía, mostrando graves carencia en las habilidades de comunicación tanto verbal como no verbal. Se trata de jóvenes que presentan reacciones violentas ante los problemas y una gran intolerancia a la frustración, llegando a situaciones de estrés y ansiedad que desembocan en continuas situaciones de conflicto en las que el autocontrol que presentan estos jóvenes es muy deficiente o nulo, todo ello debido a la falta de habilidades para expresar de forma adecuada sus sentimientos o reacciones.

También hay que tener en cuenta y como afirman Benítez y Justicia (2006) que *Un temperamento caracterizado por altos niveles de actividad, problemas de atención, inflexibilidad, dificultad en las transiciones de la vida y facilidad para la frustración y la distracción hace que el niño sea menos comprensivo, tenga menos control sobre sí mismo y sea impulsivo*, todo esto provoca un aumento en esos niños de la probabilidad de realizar un acto delictivo durante su adolescencia y en alguno casos puede perpetuar un estilo de vida. Por ello podemos afirmar que en muchos de estos casos la situación de riesgo de exclusión de los jóvenes proviene de la infancia de estos jóvenes.

En su mayoría carecen de figuras claras de autoridad dentro de su propio entorno familiar y se les han impuesto límites muy difusos, o por el contrario la figura de autoridad ejerce una presión muy fuerte en ellos de una manera dictatorial, lo cual genera en ellos situaciones de confusión con respecto al cumplimiento de normas o por el contrario una situación de presión y frustración unida a la falta de libertad.

En general presentan fracaso y abandono escolar, no porque sus capacidades de aprendizaje sean diferentes, sino porque carecen en muchas ocasiones de hábitos de estudio, interés en ello o predisposición para tener una cierta continuidad en los estudios o todo aquello que sugiera un esfuerzo, al igual que una carencia en afrontar ciertas responsabilidades. También presentan bajas expectativas de futuro, escasa motivación y

en ocasiones baja autoestima que se traduce en comportamientos poco normalizados o malas relaciones con iguales y es aquí donde pueden aparecer los casos de bullying tanto desde el punto de vista del joven que sufre este acoso como desde el punto de vista de acosador, ya que en el colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión social podemos encontrar los dos casos, incluso un solo joven que presente los dos perfiles dependiendo de la persona con la que se relacione en cada momento.

Es importante señalar también que durante esta etapa aparecen hábitos lúdicos nocivos como el de fumar o beber, en muchas ocasiones como proceso de adaptación al grupo de iguales o como forma de gestionar el tiempo libre y de ocio. Algunos de estos jóvenes en riesgo tienen adicciones a diferentes drogas, especialmente aquellas que les resultan más cercanas y accesibles aparte de las nombradas anteriormente (tabaco y alcohol) aparece también el consumo de marihuana, además de ser jóvenes que crecen viendo la droga de una manera cercana en sus barrios y su entorno social, este tipo de consumos también desemboca en ocasiones en actos delictivos como por ejemplo pequeños robos que casi siempre comienzan en el entorno familiar y en desarrollar en los sujetos actitudes manipuladoras y controladoras.

Gran parte del día estos jóvenes permanecen desocupados u ocupan su tiempo en actividades únicamente lúdicas, carecen de límites y normas, muestran una baja tolerancia a la frustración, así como una escasa o inadecuada capacidad para la resolución de conflictos y baja autoestima. Por todo ello se aprecia una importante necesidad de trabajar con este colectivo en la gestión adecuada del tiempo libre al igual que el desarrollo de todas aquellas habilidades sociales en las que muestran grandes carencias.

Finalmente no sólo aparece el consumo de drogas en este colectivo sino que algunos problemas de la sociedad actual quedan ligados a él, como es por ejemplo los problemas de prostitución o de embarazos no deseados o problemas alimenticios, que no son propios de este colectivo pero que tienen especial incidencia e importancia cuando se dan en él ya que acercan estrepitosamente a los jóvenes a la exclusión social.

En resumen, la personalidad de los jóvenes de este colectivo está marcada en la mayoría de casos por la impulsividad, la agresividad o la irresponsabilidad. En su mayoría tienen problemas para canalizar sus emociones lo que se traduce normalmente en dificultades para controlar su ira y una gran intolerancia a la frustración ya que ante una situación difícil responden con violencia o agresividad.

Se trata de menores que presentan carencia de afecto, oportunidades o fortalezas, experiencias que les resulten gratificantes y a la vez sean saludables y normalizadas, carecen también de referentes positivos que les sirvan de modelo de vida, normas o límites establecidos...y se encuentran desmotivados, con pocos recursos y estrategias personales que les puedan permitir superar una mala situación o modificar sus hábitos y estilos de vida.

4.1.3. Conductas antisociales de jóvenes infractores

Estos jóvenes presentan ciertas actitudes y comportamientos considerados como lejanos del canon de comportamiento normalizado para nuestra sociedad. A continuación vamos a analizar cuáles son estas conductas o comportamientos desviados que más se repiten en los miembros de este colectivo.

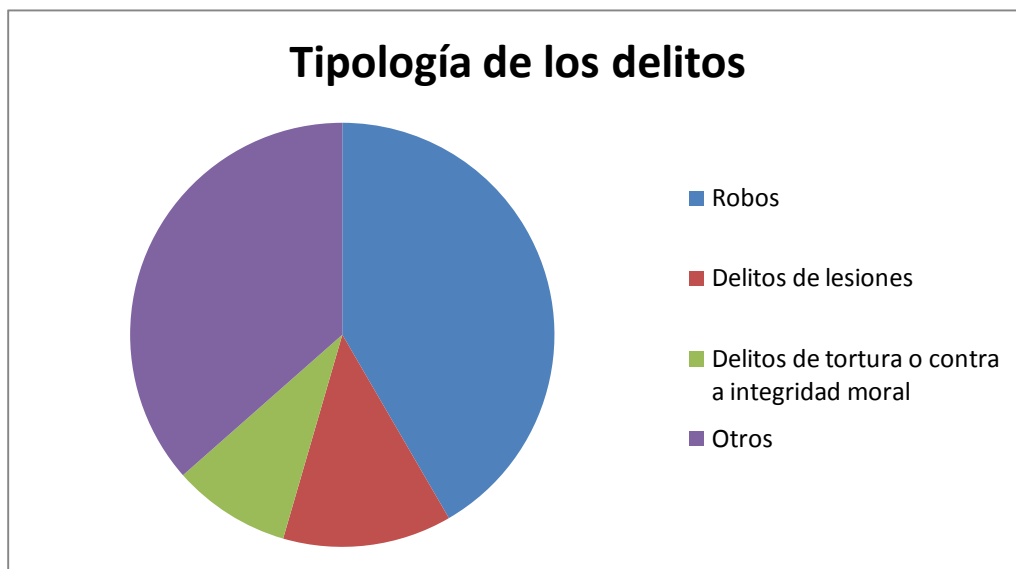
Como afirmó el experto R. Loeber en 1982, *La conducta violenta de los jóvenes agrupa un amplio abanico de conductas de distinto tipo como por ejemplo, los robos, la violencia y el vandalismo, la piromanía, las mentiras, el absentismo escolar, las huidas de casa, y diversos tipos de agresión contra el entorno, las personas, los animales, etc., que suelen presentarse asociadas*, desde entonces esta descripción no ha variado mucho, actualmente las conductas antisociales que presentan los jóvenes en riesgo de exclusión social siguen siendo las nombradas por R. Loeber, pero también aparecen nuevas conductas que ya existían anteriormente pero adquieren mayor fuerza durante las últimas décadas, como pueden ser los ejemplos de los delitos sexuales, problemas de prostitución, consumo de sustancias estupefacientes o incluso abuso escolar (Bulling). También se ha producido un crecimiento de la inmigración durante estos años, lo cual ha provocado un aumento de la violencia racial y la xenofobia también entre los jóvenes, creando incluso bandas organizadas de ideologías políticas muy concretas. Estas bandas o pandillas radicales acogen en su mayoría a jóvenes de ideologías radicales que ejercen presión en la sociedad y provocan conflictos y violencia social abrigados bajo sus ideas extremistas.

A. Andrés Pueyo afirma en su estudio sobre *Violencia juvenil: realidad actual y factores psicológicos implicados* que existen cinco grandes grupos de violencia juvenil en los que se pueden agrupar todas las conductas anteriormente citadas, de este modo afirma que existe la **violencia escolar** (como es el caso del Bulling), **violencia familiar**

(presión física y psicológica que ejercen los jóvenes a los miembros de su familia), **violencia grupal, violencia interpersonal** (aquella que se ejerce a los iguales o la pareja) o **violencia social o comunitaria**.

En cuanto al tipo de infracciones penales que se les atribuyen a los jóvenes de este colectivo, según el Instituto Nacional de Estadística existen 14.744 infracciones penales llevadas a cabo por menores durante el 2013. En cuanto al tipo de delitos el Instituto Nacional de Estadística expone los siguientes porcentajes: *los delitos de mayor incidencia fueron los robos (41,6% del total), los delitos de lesiones (12,9%) y los delitos de torturas y contra la integridad moral (9,0%).*

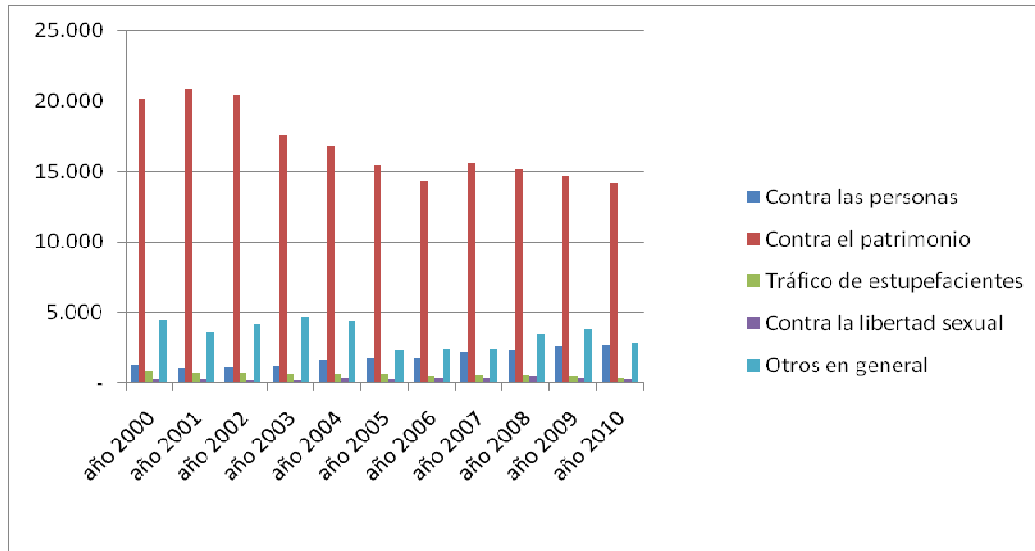
Gráfica N°1: Tipología de los delitos impuestos a menores de edad.



Fuente: Elaboración propia a través de datos del Instituto Nacional de Estadística (INE) (2014)

Como se puede apreciar en la gráfica 1 sobre la tipología de los delitos cometidos por menores de edad y realizada a partir de los porcentajes extraídos en el INE, el delito con más incidencia entre los jóvenes es el de robo seguido del delito de lesiones con un porcentaje bastante similar, mientras que con unos porcentajes algo menores podemos encontrar los delitos de tortura o contra la integridad moral y el grupo denominado como otros, en el que se pueden incluir delitos contra el orden público, la seguridad colectiva o la administración de justicia, todo ello teniendo en cuenta los datos del último año.

Gráfica N°2: Número de jóvenes y delitos imputados durante la pasada época.



Fuente: Elaboración propia a través de datos del Instituto Nacional de Estadística (INE) (2014).

En la gráfica 2 se puede analizar la evolución existente en cuanto al número de jóvenes y la tipología de sus delitos durante la última década completada. Podemos apreciar como el número de jóvenes imputados no ha sido muy variable durante esos años creciendo y decreciendo dependiendo del delito pero de una manera poco significativa en la mayoría de los casos. Pero lo más importante a destacar es la significativa incidencia del delito contra el patrimonio, es decir robos en su mayoría como hemos analizado en la gráfica 1 anteriormente, con respecto al resto de delitos. También se puede apreciar que los delitos con menor incidencia en cuanto a este colectivo son los considerados como delitos contra la libertad sexual y los de tráfico de estupefacientes.

4.2. INTERVENCIÓN EDUCATIVA A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.

4.2.1. La actividad física como medio de comunicación y participación social.

La actividad física y el deporte se pueden considerar como un importante instrumento de socialización, a través del cual las personas pueden desarrollar de manera eficaz muchas habilidades no sólo físicas como parece a primera vista, sino también de carácter social. De este modo a través de la actividad física se puede fomentar la comunicación social entre las personas o los grupos, al igual que la participación e integración de los diferentes colectivos e individuos concretos en la sociedad. La actividad física y el deporte pueden dar lugar a ciertas sensaciones o sentimientos en las personas, que en algunas ocasiones es difícil que experimenten, como es el ejemplo de la satisfacción del juego en equipo y sentirse parte de un grupo, que en el caso de personas extremadamente tímidas o con muy baja autoestima por ejemplo son situaciones que no se dan de manera habitual en su vida social.

Como afirma Cornelio Águila Soto en su artículo “Del deporte a la sociedad: sobre valores y desarrollo del ser humano”: *Cualquier situación que implique la relación con otros constituye un potencial socializador*, por lo que podemos reflejar el deporte y la actividad física como uno de esos motores socializadores para cualquier grupo social. De este modo desde la Educación Social es importante potenciar las actividades deportivas con los colectivos más desfavorecidos, como es el caso del colectivo seleccionado para este trabajo considerado como el de jóvenes en riesgo de exclusión social, pero no sólo este colectivo puede beneficiarse del deporte como instrumento socializador sino que de un modo u otro cualquier colectivo puede tener una intervención socioeducativa con este carácter.

También es importante señalar que el deporte genera sensaciones de bienestar emocional que potencian las actitudes positivas ante cualquier estímulo o relación social que se dé durante su realización.

La actividad física tiene una clara importancia en cuanto al desarrollo de valores o sensaciones positivas tales como el optimismo, la confianza, el afecto, la solidaridad o el compañerismo, todas ellas necesarias para la positiva y enriquecedora convivencia en cualquier sociedad.

Cabe señalar el papel del educador como motor para la intervención en colectivos en riesgo de exclusión social a través de la actividad física, ya que es importante que todas y cada una de las actividades o sesiones que se propongan vayan destinadas a unos objetivos concretos y bien definidos y se adapten perfectamente al colectivo o grupo de acción, ya que cada uno presenta necesidades muy diversas y aunque bien es cierto, que una misma actividad puede servir para diferentes colectivos, puede que no persiga los mismos objetivos o necesite algunos cambios específicos para las personas con las que se trabaja.

Como ejemplo de casos concretos de los beneficios de la actividad física en los diversos colectivos en riesgo de exclusión, podemos nombrar las Jornadas Intergeneracionales que la Universidad de Valladolid lleva a cabo todos los años en los que un grupo de alumnos de Educación Social preparan una serie de actividades que desarrollaran a lo largo de una mañana, en las que participan conjuntamente alumnos de la facultad y personas mayores, creando de este modo grupos completamente heterogéneos y variados. Todo esto con el objetivo de que tanto jóvenes como mayores compartan una experiencia positiva y enriquecedora al igual que conocimientos, favoreciendo de este modo la comunicación entre las diferentes generaciones, la integración y el enriquecimiento cultural.

Otro caso de vivencia personal se dio durante la realización de unas prácticas deportivas para una asignatura optativa de Educación Social muy relacionada con la actividad física, en la que un grupo de alumnas acudíamos una vez por semana con jóvenes inmigrantes refugiados de la asociación ACCEM a realizar junto con ellos actividades deportivas con carácter de integración. Durante las sesiones se realizaron diversas actividades de carácter deportivo como baloncesto o béisbol y apareció como principal problema la barrera de la comunicación al tratarse de jóvenes procedentes de países africanos con otros idiomas y sin conocer el castellano. A través de la actividad física conseguimos romper las barreras comunicativas realizando la actividad en grupos

heterogéneos en los que todos participamos y nos integramos de igual manera, creando un sentimiento de unidad e integración entre culturas. Como ya hemos citado anteriormente este tipo de propuesta en este caso concreto sirvió como instrumento para mejorar la comunicación y participación social no sólo de los jóvenes inmigrantes de la asociación ACCEM sino también para que nosotras mismas como alumnas de Educación Social pusiéramos en práctica todo lo aprendido en durante la carrera y desarrolláramos también actitudes de respeto e integración ante jóvenes de edades similares a las nuestras pero con una cultura e idioma diferentes.

4.2.2. Características de la actividad física con respecto al colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión.

Como afirma Enrique Cantón Chirivella (2001) en su artículo “Deporte, salud, bienestar y calidad de vida”, *la actividad físico-deportiva puede tener una influencia, directa o indirecta, sobre la calidad de vida en un doble sentido: por todo lo que puede aportar (mejorar la condición física, facilitar las relaciones interpersonales, disfrute...) y por lo que puede evitar (prevenir deterioros físicos, soledad, alteraciones emocionales...)*. Si atendemos al colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión social al que nos venimos refiriendo, toda esa influencia adquiere especial importancia al tratarse de actividades que en su mayoría conllevan una aceptación social por parte de los jóvenes y un alto grado de participación. De este modo podemos afirmar que el deporte en sí genera una sensación de bienestar tanto físico como mental muy beneficiosa en cuanto al trabajo de un Educador Social con jóvenes que en un gran número rechazan todo tipo de autoridad e intervención.

Por ello es importante considerar también que la actividad física y el deporte no son sólo una herramienta que favorece la salud y el bienestar físico sino también como un instrumento educativo con gran poder e influencia sobre determinados colectivos como el que nos ocupa.

De este modo y basándonos en los beneficios que Pedro Jesús Jiménez Martín y Luis Javier Durán González (2005) exponen sobre la actividad física para intervenir con jóvenes que presentan conductas violentas en su artículo sobre la “Actividad física y el deporte en jóvenes en riesgo: educación en valores”, podemos afirmar que el deporte puede contribuir a reducir cierto tipo de conductas y hábitos poco saludables o socialmente incorrectos en este colectivo, de este modo a través del deporte se pueden reducir las conductas violentas, así como su reincidencia, reducir el consumo de drogas y sustancias estupefacientes así como facilitar la superación del síndrome de abstinencia de dichas sustancias o aminorar las conductas sociales hábitos de vida alejados de la normalidad o nocivos.

La actividad física también tiene gran incidencia en disminuir o evitar hábitos de vida sedentarios que pueden perjudicar también la salud. En este caso el sedentarismo no es una característica muy dada en este colectivo, pero si es importante señalar el aumento de hábitos sedentarios de los jóvenes en general en relación a las nuevas tecnologías, es decir, que al aumentar el uso de ordenadores, consolas y demás aparatos electrónicos entre los jóvenes o al ser cada vez más temprana la edad de utilización de estos medios, aparece también la necesidad de intervenir en cuanto a estos estilos de vida ligados a estos aparatos, los cuales provocan en los jóvenes exceso de peso o pérdida de habilidades sociales y el mejor modo para prevenir e intervenir en estas situaciones es la actividad física y como afirma el ya nombrado anteriormente psicólogo deportivo Enrique Cantón Chirivella (2001) en su artículo “Deporte, salud, bienestar y calidad de vida” *el ejercicio físico continuado y moderado contribuye a la estabilización del peso corporal y favorece la pérdida ponderal debido a los efectos que genera.*

Tabla N° 1: Práctica de deporte por edades.

Edad	15-18	19-21	22-25	26-35	36-45	46-60
Porcentaje de los que practican deporte	60	55	46	35	27	12

Fuente: GARCÍA FERRANDO, Manuel. Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid, 1991.

La importancia concreta que se le puede dar a la intervención a través de la actividad física y el deporte en el colectivo de menores en riesgo de exclusión social es la de la participación social que puede generar. Como podemos apreciar en la tabla anterior los jóvenes son los miembros de la sociedad que más deporte practican y los más interesados por éste. Si analizamos la tabla posteriormente a la juventud se da una progresiva disminución de la práctica deportiva a medida que aumenta la edad, de tal modo que durante la vejez la práctica deportiva es muy baja. Por todo ello es importante aprovechar este interés por la actividad física durante estas edades para reconducirlo de tal modo que no sólo permita una mejora física sino también psicológica y social.

Tabla 2: Beneficios psicológicos del ejercicio (Taylor, Sallis y Needle, 1985).

AUMENTA	DISMINUYE
Resultados académicos	Absentismo laboral
Rendimiento laboral	Abuso de alcohol
Asertividad	Cólera
Confianza	Ansiedad
Estabilidad emocional	Confusión
Independencia	Depresión
Funcionamiento intelectual	Dismenorrea
Locus de control interno	Dolor de cabeza
Memoria	Fobias
Percepción	Respuesta de estrés
Popularidad	Tensión
Autocontrol	Conductas tipo A
Satisfacción sexual	Errores en el trabajo
Bienestar	

Fuente: CANTÓN CHIRIVELLA, Enrique. Deporte, salud, bienestar y calidad de vida. Cuadernos del Psicología del deporte (2001).

Como ejemplo en este colectivo se da con frecuencia actitudes y comportamientos violentos o de frustración los cuales pueden reducirse considerablemente a través de prácticas de actividad física como el yoga o el juego colectivo. De este modo y cómo podemos apreciar en la tabla anterior (Tabla 2), el deporte y la actividad física aumentan una serie de capacidades que desarrollan las habilidades sociales y producen por sí mismas una sensación de bienestar y a su vez reducen cierto tipo de conductas consideradas como nocivas y que entorpecen el correcto desarrollo personal de cada individuo.

4.2.3. Tipo de actividades y medios en los que se puede realizar.

En cuanto al trabajo con este colectivo es muy importante valorar previamente las necesidades del grupo sobre el que se va a efectuar la intervención, ya que se puede tratar de necesidades demasiado diversas o por el contrario pueden ser muy concretas. Y dependiendo del tipo de necesidades se establecerán una serie de sesiones individuales o grupales para alcanzar los diferentes objetivos propuestos. En su mayoría es preferible que estas sesiones se realicen de forma grupal ya que es la mejor manera de sociabilizar y que los propios jóvenes compartan experiencias creando así sentimiento de grupo e integración y generando a su vez un enriquecimiento tanto personal como grupal.

A la hora de hablar de una intervención a través de la actividad física y el deporte puede que algunas personas lo confundan con la realización de educación física vista como la que aprendemos en el colegio o como un simple modo de diversión o actividad lúdica, pero es importante romper este tipo de estereotipos ya que son completamente erróneos.

La intervención educativa con jóvenes en riesgo de exclusión social a través de la actividad física y el deporte va mucho más allá, en ella se trata de romper las barreras que en ocasiones nosotros mismos nos ponemos para lograr la integración de estos jóvenes en todos los ámbitos de su vida y para ello es necesario que desarrollen aquellas habilidades sociales donde presentes carencias siendo la actividad física en este caso el medio para desarrollarlas. De este modo por ejemplo a través de sesiones de juego colectivo con estos jóvenes podemos lograr que eliminen la sensación de individualismo y marginación y que se sientan parte activa e importante de un grupo de iguales en el que todos los miembros colaboran de igual manera para lograr un fin común y todo ello genera una sensación de bienestar que se trasmite a su vida cotidiana.

Porque este tipo de intervención y contra lo que algunas personas puedan pensar no terminan al finalizar la sesión sino que todo lo aprendido y la sensación que genera pueden ser utilizado en cualquier ámbito de la vida cotidiana, de tal modo que si las sesiones tratan sobre el compañerismo y la participación puedan ponerlo en práctica también en el ámbito escolar junto a sus compañeros de clase o en el ámbito familiar también.

4.3. PROYECTO CONCRETO CON JÓVENES EN SITUACIÓN DE PRIVACIÓN DE LIBERTAD DEBIDO A CONDUCTAS VIOLENTAS.

4.3.1. Introducción.

Se trata de un proyecto de intervención educativa a través de la actividad física y el deporte con jóvenes que se encuentran cumpliendo una o varias medidas judiciales en un centro de menores de régimen semiabierto. Este proyecto está destinado a los jóvenes del Hogar I del centro “Los Manzanos”, éste es un centro público de reforma de carácter regional que depende de la Gerencia de Servicios Sociales y pertenece a su vez a la empresa Grupo Norte. Se encuentra en la calle Miguel Ruiz de Temiño, nº 2, ubicado en el Barrio de Las Delicias de Valladolid.

El principal objetivo del centro como queda recogido en su normativa interna, consiste en que los menores cumplan las medidas judiciales que les han sido impuestas haciendo de su convivencia en el centro una experiencia educativa y de integración socio-familiar, potenciando las relaciones con los iguales y las figuras adultas de autoridad para mejorar su proceso de socialización e integración, así como descubrir los motivos que les llevaron a cometer el acto delictivo para evitar que se repita. Basándonos y respetando el objetivo fundamental de este centro, podemos situar el objetivo principal de este proyecto en fomentar la integración de estos jóvenes en nuestra sociedad de una manera normalizada, a través de la realización de actividades de carácter deportivo que pretenden generar un desarrollo en sus habilidades sociales, ya que es donde estos jóvenes presentan mayores carencias. Se trata de un proyecto que tiene una duración de dos meses con sesiones realizadas una vez por semana en las que no sólo se cuenta con la actividad física como herramienta de intervención sino que también aparecen ejercicios de autoevaluación, reflexión y puesta en común.

Se pretende fomentar en éstos jóvenes el aprendizaje de nuevas habilidades sociales y reducir las carencias que presentan en aquellas ya adquiridas anteriormente, de tal modo

que éstos jóvenes sean en un futuro capaces de llevar una vida lo más normalizada posible respetando las normas sociales establecidas en nuestra sociedad y eliminando así todas aquellas conductas antisociales que les han llevado a encontrarse en situación de riesgo de exclusión social, así como en situación de privación de libertad.

4.3.2. Justificación del proyecto.

La importancia de realizar un proyecto de actividad física como el siguiente, y con este tipo de colectivo reside en el aprendizaje de habilidades sociales que los menores puedan utilizar en cualquier ámbito de su vida cotidiana.

Tras la realización de las prácticas de tercer curso realizadas en el centro “Los Manzanos” en las que pude participar en actividad física y deporte con este colectivo, se puede observar que estos menores carecen de habilidades de cooperación, así en juegos de equipo realizados con ellos tales como baloncesto o fútbol se puede apreciar que son incapaces de coordinarse adecuadamente con sus compañeros para la realización de estrategias de juego o de participación conjunta, cada uno de los menores realiza un juego individual sin contar con el resto de sus compañeros, provocando esto, conflictos entre ellos que repercuten significativamente en la convivencia dentro del hogar. Pude apreciar que también tienen ciertas dificultades para cumplir las normas establecidas en cada uno de los juegos o actividades deportivas, así como una baja resistencia a la frustración ya que en el momento que no ganan prefieren retirarse del juego antes que perder, algo que llevado a la vida cotidiana es un mal hábito para seguir una vida normalizada, creando conflictos en nuestra sociedad y sensación constante de insatisfacción o autorrealización.

También es importante señalar que nos hemos centrado en una intervención de carácter deportivo ya que para algunos de ellos la hora de actividad física es la única hora al día en la que salen del hogar, pueden tomar el aire y despejarse, por lo que para estos chavales supone un momento de desconexión en el que liberan las tensiones acumuladas a lo largo

del día y pueden relacionarse con sus compañeros fuera del ámbito cerrado del hogar, lo que hace que la participación de los jóvenes en esta actividad sea muy positiva.

Se trata de un grupo de menores que como a la mayoría de jóvenes de su edad les gusta y motiva significativamente el deporte por lo que el interés por este tipo de actividad es muy grande y resulta muy fácil trabajar ciertos aspectos de sus respectivas intervenciones a través del deporte, trabajar la cooperación a través del deporte les resulta divertido, mucho más que cualquier actividad escrita o dentro del entorno cerrado del hogar, porque aunque en este proyecto se realizan la mayoría de sesiones en un campo deportivo con el que cuenta el centro, es decir que no salen realmente del recinto del centro, pero como es un recinto abierto (al aire libre sin tejado) al que sólo acuden durante la hora de deporte supone para ellos un cambio “de aire” y un contexto diferente al que durante el resto del día los educadores utilizan para trabajar con ellos. Además este proyecto cuenta con dos sesiones que se realizarán en un parque cercano al centro lo que supondrá para ellos salir completamente del entorno cerrado en el que se encuentran normalmente y adquirir otra tipo de influencias del entorno.

Cabe destacar que la intervención que vamos a llevar a cabo con este proyecto no funciona de un modo aislado sino que necesita de otro tipo de intervenciones socio-familiares que se realizan en el centro, ya que no se trata de una intervención en sí misma y aislada sino que sirve de apoyo a otro tipo de intervenciones. El propio centro cuenta con actividades de videoforum o asambleas semanales en las que los jóvenes intentan trabajar sobre un tema de su intervención de manera grupal, pero durante mi experiencia allí pude observar como durante el tiempo de deporte no se realizaba ningún tipo de intervención concreta, sino que los menores elegían el deporte a realizar y los educadores se encargaban de repartir los equipos y supervisar la buena realización del juego, de este modo los menores en su mayoría elegían el fútbol por lo que prácticamente los jóvenes del hogar jugaban a ese deporte a diario, tanto si les gustara a todos como si no. De todo ello surgió la idea de crear una intervención a través de la actividad física para que esa hora no fuera un simple momento lúdico para los jóvenes, sino que tuviera un significado educativo al menos una vez por semana donde aprendieran habilidades que puedan poner en práctica en la convivencia en el hogar en un primer momento y posteriormente en la sociedad.

4.3.3. Colectivo objeto de estudio.

Este proyecto está destinado a un grupo de jóvenes en riesgo de exclusión social entre 14 y 18 años que se encuentran cumpliendo medidas judiciales de privación de libertad en el centro público de reforma “Los Manzanos” ubicado en el barrio de Las Delicias de Valladolid. Se trata de un pequeño grupo de 10 jóvenes de ambos sexos que forman parte de uno de tres hogares con los que cuenta el centro, concretamente está destinado para los menores del hogar I y que se encuentran cumpliendo medidas judiciales de convivencia en grupo educativo, internamiento en régimen abierto o semiabierto y permanencia de fin de semana en centro.

Estos menores provienen de diversas ciudades o pueblos de la comunidad y se encuentran en este centro debido a diversos delitos, entre los que podemos nombrar el de robo, tráfico de drogas, violencia sexual o mayoritariamente el de violencia intrafamiliar ya que el centro se especializa en éste último. Muchos de estos jóvenes no sólo han cometido un delito sino que en ocasiones tiene una lista de ellos que les han llevado a acabar en un centro de menores por lo que las necesidades que cada uno de ellos presentan son muchas y variadas, pero también presentan actitudes y hábitos comunes sobre los cuales también se puede trabajar a través de la actividad física. La mayoría de estos jóvenes tienen escasas o deficientes habilidades sociales, así como carencia de afecto, oportunidades, experiencias gratificantes, referentes positivas, normas o límites...Y se encuentran desmotivados, con pocos recursos y estrategias personales que les puedan permitir superar una mala situación o modificar sus hábitos y estilos de vida.

En su mayoría estos menores provienen de familias desestructuradas ya sean de nacionalidad española o extranjera indistintamente sin discriminación de etnia o cultura y se detecta en ellos la necesidad de una intervención a nivel sociofamiliar, ya que como hemos dicho anteriormente el centro está especializado en violencia familiar, es decir que aunque se encuentren cumpliendo medida por cualquier otro motivo, la mayoría de ellos ejercen violencia o acoso sobre uno o varios miembros de su familia.

En cuanto a las familias de estos jóvenes se pueden encontrar casos de abandono de las responsabilidades parentales en las que los padres carecen de estrategias educativas o con estilos educativos que se pueden considerar como excesivamente permisivos o autoritarios, incluso familias que han perpetuado durante generaciones estilos de vida marginales o propios de una vida delictiva.

Una de las características más importantes de este colectivo es que se trata de jóvenes que carecen de habilidades para trabajar o realizar actividades de convivencia en grupo y para relacionarse o expresar sentimientos, así como una baja autoestima en la mayoría de los casos que intentan ocultar tras actitudes violentas.

Estos menores carecen de figuras de autoridad en muchos casos y presentan cierta indisciplina en cuanto al cumplimiento de las leyes, por lo cual es muy importante trabajar con ellos modelos de conducta apropiados para cualquier contexto y el respeto a la convivencia tanto dentro del hogar como en el entorno social.

En muchas ocasiones se trata de menores que han presentado un alto grado de absentismo y fracaso escolar, así como un gran desinterés sobre su educación. Algunos de ellos tienen adicciones a diferentes drogas, gran parte del día permanecían desocupados u ocupaban su tiempo en actividades únicamente lúdicas, carecen de límites y normas, muestran una baja tolerancia a la frustración, así como una escasa o inadecuada capacidad para la resolución de conflictos y baja autoestima.

4.3.4. Objetivos del proyecto.

- Favorecer la convivencia dentro del grupo.
 - ✓ Mejorar las relaciones entre los jóvenes.
 - ✓ Fomentar un ambiente de confianza y colaboración entre los participantes.
 - ✓ Facilitar la creación de redes sociales de compañerismo entre los miembros.
 - ✓ Fomentar un clima de respeto entre los diferentes participantes.

- ✓ Mejorar la comunicación y las habilidades de resolución de conflictos.
 - ✓ Promover la participación de los jóvenes en actividades grupales.
- Fomentar e inculcar en los menores hábitos de vida saludable relacionados con la actividad física.
 - ✓ Mostrar alternativas de ocio saludables.
 - ✓ Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.
 - ✓ Fomentar actividades que resulten lúdicas para estos jóvenes.
- Fomentar el respeto hacia las normas.

Sociabilizar y concienciar a los menores de la importancia del cumplimiento de normas a través de la actividad física.

4.3.5. Metodología y organización.

Para la realización de este proyecto se ha escogido una metodología de juego colectivo, realizando actividades basadas en la colaboración y participación de los menores creando entre ellos relaciones de compañerismo que faciliten la convivencia dentro del hogar.

En cuanto a la organización se trata de seguir la línea que establece el propio centro a través de su normativa interna utilizando la “hora de deporte” que el propio centro establece para realizar las sesiones que conforman el proyecto. Se trata de un proyecto con una duración inicial de dos meses con posibilidad de ampliación o de posterior continuidad. El proyecto está formado por 8 sesiones, cada una de ellas se realizará una vez por semana (todos los miércoles de 18:30 a 20:00) durante el tiempo que el centro tiene establecido como “tiempo de deporte” y su duración será de 90 minutos. Cada sesión estará dividida en tiempos: 10 minutos de calentamiento inicial y explicación de la actividad, 40 minutos de intervención deportiva, 10 minutos de calentamiento final y 30 minutos de vuelta a la calma, puesta en común y valoración de la sesión.

La sesión está destinada a un grupo de 10 menores, al ser un grupo reducido no se considera necesaria la subdivisión en grupos más pequeños y además basándonos en los

objetivos de participación e interrelación de todos los participantes entre ellos no se considera necesaria dicha separación.

Las sesiones se llevarán a cabo dentro del recinto del centro en un campo deportivo al aire libre que tiene en su parte trasera y en el parque de Canterac debido a su ubicación y características del terreno.

En el caso de que las condiciones meteorológicas no permitieran la realización de las sesiones al air libre se utilizaría el polideportivo municipal del barrio que se encuentra a pocos metros del centro.

Durante las sesiones deberán participar todos los jóvenes del hogar con una actitud activa y positiva ante la actividad intentando aportar todos al juego colectivo, quién no realice correctamente las actividades será amonestado bajo la normativa del centro y retirado de la actividad para que no se vea afectada la intervención con el resto de sus compañeros. Al igual que si los educadores establecen que alguno de los jóvenes no se encuentra en una buena situación física o psicológica para realizar la actividad, a pesar de ello todas las actividades pueden adaptarse a situaciones concretas en las que alguno de los menores no pueda realizar deporte de manera normalizada como es el caso de algún lesión.

4.3.6. Recursos humanos y materiales del proyecto de intervención.

Estas sesiones se llevarán a cabo por dos educadores sociales, quienes prepararán, llevaran a cabo y valorarán posteriormente cada una de las sesiones. Todas estas actividades se realizarán siempre bajo la supervisión del personal de seguridad del centro como establece la normativa de éste, siempre y cuando las actividades se realicen en sus inmediaciones.

Las sesiones se realizarán en el campo deportivo que se encuentra ubicado dentro del centro como ya se ha nombrado anteriormente, se trata de un campo de fútbol que también puede ser utilizado para baloncesto, con canastas y porterías. Es un espacio vallado por cuestiones de seguridad pero que está al aire libre, también se utilizará un parque cercano al centro (Parque de Canterac) que nos permitirá realizar las actividades del mismo modo que en el centro pero al tratarse de otro ambiente más normalizado puede generar en estos jóvenes otras actitudes más relajadas y discernidas.

Durante la realización de las diferentes actividades se van a utilizar diversos materiales todos ellos proporcionados por el propio centro como es el caso de sillas del centro, ruedas, pañuelos, aros, balones...Se trata de actividades que no necesitan de materiales muy concretos sino que si no se tuvieran podría utilizarse otro material para reemplazarse.

4.3.7. Actividades del proyecto de intervención lúdico educativa

Todas las actividades que se realicen durante cada sesión estarán orientadas a unos objetivos concretos que tratan de ajustarse en la medida de lo posible a las necesidades individuales de cada uno de los miembros, pero más especialmente las que puedan surgir como grupo, que se detectan en estos jóvenes en concreto en cuanto a habilidades sociales, todo ello para facilitar la convivencia de estos jóvenes en el centro durante su medida y mejorar su posterior integración en la sociedad normalizada. También estas actividades quedan sujetas a la normativa del centro o a los cambios que la propia dirección del centro crea convenientes, pero siempre ajustándose a los objetivos de intervención que el centro establece.

Cada sesión tiene una duración de 90 minutos como hemos afirmado anteriormente. Prácticamente todas las sesiones tienen la misma estructura contando con una o dos actividades deportivas dependiendo la duración y espacio en el que se realicen las mismas. Existen dos sesiones dentro del proyecto que se realizarán fuera del centro por ello durante esas sesiones sólo se podrá realizar una actividad, ya que es necesario contar

con el tiempo de traslado al parque donde se va a realizar, y es muy importante en un centro así ajustarse a los tiempos establecidos por la dirección para cada actividad.

Todas estas actividades tienen objetivos concretos de intervención con el grupo que coinciden con los objetivos fijados en este proyecto. Estas actividades pueden sufrir modificaciones siempre y cuando los educadores encargados o la dirección del centro lo crean necesario u oportuno, o si la situación meteorológica impidiera su realización.

Las actividades que se proponen son de carácter grupal por lo que es importante la participación activa de todos los miembros en cada una de ellas, ya que se trata de una intervención educativa a través del juego colectivo y la participación social de los jóvenes del grupo.

Estas actividades se realizarán en el campo deportivo con el que cuenta el propio centro, pero algunas de ellas como las de las sesiones 6 y 7 (ANEXO 1) presentan la necesidad de realizarse en una zona pública que genere otro tipo de sensaciones en estos jóvenes, especialmente la sesión 6 en la que se contará con la participación voluntaria de personas de la tercera edad del barrio con los que se contactará a través del centro cívico del barrio para que enseñen a los jóvenes los juegos populares que podemos encontrar en nuestro país y las normas para realizarlos.

4.3.8. Evaluación del proyecto.

La evaluación de este proyecto tendrá un carácter cualitativo en el que se intentará evaluar el desarrollo de las habilidades sociales de estos jóvenes a través de fichas de autoevaluación, y las conclusiones que se obtengan de las puestas en común.

La evaluación de las sesiones se realizará a través de la observación de los educadores durante la realización de cada sesión y en los últimos 30 minutos en los que se pondrán en

común los puntos fuertes y débiles de la sesión así como posibles modificaciones y propuestas para posteriores sesiones que se realicen con el grupo y se realizará una ficha de valoración por parte de los jóvenes y una reflexión sobre los resultados de la sesión. (ANEXO 2)

Posteriormente a la sesión también se realizará un parte informativo para la dirección del centro sobre la realización de cada sesión, la participación de los menores, los beneficios de ésta y posibles actividades que se pueden realizar en el ámbito de actividad física en el centro.

Para evaluar el proyecto en general se realizará a través de la sintetización de las evaluaciones personales de cada sesión, de las conclusiones sacadas tras la puesta en común y a través de una última ficha de evaluación que tendrá que rellenar cada uno de los miembros participantes. (ANEXO 3)

Además de todo ello durante la última sesión se les concederá a los jóvenes la actividad de juego libre en la que ellos mismo tendrán que elegir y organizar el juego que quieran realizar de tal modo que servirá a los educadores como observación de cómo los jóvenes ponen en práctica todo lo aprendido en las sesiones anteriores sobre participación y comunicación entre compañeros.

4.3.9. Conclusiones

Como conclusión podemos afirmar que se trata de un proyecto bastante concreto destinado a un centro y un colectivo determinados con diferentes necesidades por lo que es tan importante la realización de este tipo de intervención, pero es importante también tener en cuenta que este proyecto debe apoyarse siempre en otro tipo de intervención, en este caso la propia del centro en el que lo vamos a desarrollar.

Será necesaria su puesta en práctica para poder concluir los beneficios de este proyecto al igual que las dificultades que puedan surgir, pero lo que sí se puede concluir es que se trata de un proyecto innovador en el que los educadores sociales tendrán un papel fundamental y que supone una alternativa de actuación para este colectivo que supone un gran reto a la hora de intervenir y acercarse a él por parte de los educadores.

Pero lo más importante es que este tipo de intervención no sólo puede utilizarse con este colectivo en concreto sino que la experiencia nos dice que se puede utilizar con cualquier colectivo en riesgo siempre y cuando cada una de las actividades esté debidamente adaptada para cada caso. De este modo esta intervención podría extrapolarse a otros colectivos incluso varios colectivos podrían realizar esta intervención de manera conjunta aportando cada uno de ellos los conocimientos o habilidades que tengan provocando así mayor heterogeneidad endogrupal y un enriquecimiento a nivel tanto personal como grupal.

5. CONCLUSIONES GENERALES.

Un hecho innegable es que el deporte y la actividad física forma parte de nuestra vida y de nuestra sociedad, en nuestro día a día realizamos cientos de actividades que necesitan de la actividad física para su realización como es subir las escaleras, pasear hasta el trabajo o el colegio...En cuanto a nuestra sociedad también el deporte está muy presente en nuestras vidas ya que la mayoría de las personas son aficionadas a algún deporte ya sea realizándolo o como simple espectador, siendo las conversaciones sobre deporte de las más utilizadas en las charlas con carácter lúdico en los distintos ambientes grupales de ocio. Por todo ello en este trabajo se ha intentado utilizar todos esos recursos que tenemos a través del deporte y la actividad física al igual que la cercanía y naturalidad con la que los individuos de nuestra sociedad trata el deporte, para lograr realizar diversas intervenciones con colectivos en riesgo, no sólo como herramienta para mejorar su calidad de vida o su bienestar físico, sino también como recurso socializador e integrador en nuestra sociedad.

En este trabajo en concreto se ha tratado de acercar el papel del Educador Social a la intervención con diversos colectivos a través de la actividad y el deporte ya que se trata de un tipo de actuaciones poco conocidas y que podrían tener importantes beneficios sociales y de integración para nuestra sociedad.

Concretamente hemos tratado el colectivo de jóvenes en riesgo de exclusión social y dentro de éste particularmente el de jóvenes en situación de privación de libertad debido a conductas violentas puesto que considero que se trata de uno de los colectivos con los que más se puede trabajar sobre esa metodología y con el que mayores beneficios se pueden apreciar. Y más aún teniendo en cuenta que éste tipo de metodologías no suelen ser lo utilizados en centros de menores como el que se propone en el proyecto.

6. PROPUESTAS.

Como propuestas en cuanto a la intervención educativa a través de la actividad física y el deporte para jóvenes en riesgo de exclusión social podemos considerar que este tipo de actuaciones deberían tener una cierta continuidad, es decir que no se trate de intervenciones puntuales sino que sea una intervención más globalizada en los diferentes ámbitos de vida de estos jóvenes y que se prolongue considerablemente en el tiempo para que tenga continuidad su desarrollo personal. En el caso del proyecto concreto para jóvenes en situación de privación de libertad por delitos de violencia, tiene una duración inicial de 2 meses pero existe la posibilidad de aumentar este tiempo, es importante señalar que algunos de los menores pasan en centros como el de “Los Manzanos” largas condenas que pueden llegar a los dos años, por lo que la intervención en estos casos debería ser más continuada en el tiempo.

También es importante considerar la posibilidad de extrapolar este tipo de intervenciones a cualquier colectivo en riesgo o incluso que varios colectivos realicen la intervención conjuntamente siempre y cuando se ajuste correctamente a sus necesidades y esté debidamente adaptada para cada tipo de colectivos o individuos.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Águila Soto, C. Del deporte a la sociedad: sobre valores y desarrollo del ser humano. *Jornadas para formadores de deportistas en edad escolar, Diputación de Almería.*
- Andrés Pueyo, A. (2001). Violencia juvenil: realidad actual y factores psicológicos implicados. *Grupo de estudios avanzados en violencia, Dep. de personalidad.*
- Arribas Cubero, H y cols. (2008). Una puerta (entre)abierta: oportunidades educativas en el medio natural. *Ágora para la EF y el Deporte, 7-8, 2008, 7-34.*
- Aubri, J. ¿Cuáles son las causas de la violencia adolescente? [Consultado el: 10/12/14] http://www.ehowenespanol.com/cuales-son-causas-violencia-adolescente-lista_111994/
- Best, J. Principales causas de la violencia entre los jóvenes. [Consultado el: 20/12/14] http://www.ehowenespanol.com/principales-causas-violencia-jovenes-lista_516406/
- Cantón Chirivella, E. (2001). Deporte, salud, bienestar y calidad de vida. *Cuadernos de Psicología del deporte, 1, 2231-2001.*
- Cayuela Maldonado, M. José (1997): Los efectos sociales del deporte: ocio, integración, socialización, violencia y educación. Barcelona: Centre d'Estudis Olímpics UAB. [Consultado el: 17/12/14] http://olympicstudies.uab.es/pdf/wp060_spa.pdf
- Escartí, A. y cols. (2009). El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: el programa de responsabilidad personal y social. *Revista de psicología general aplicada, 62, 45-52.*
- Jiménez Martín, P.J. (2006). Propuesta de intervención con jóvenes socialmente desfavorecidos a través de la actividad física y el deporte. *Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, 4, 1986-9030.*
- Jiménez Martín, P.J. y Durán González, L.J. (2005). Actividad física y deporte en jóvenes en riesgo: educación en valores.
- Justicia, F. y cols. (2006). Aproximación a un nuevo modelo explicativo del comportamiento antisocial. *Revista electrónica de Investigación Psicoeducativa, 9, 131-150.*

- Mató, E. Problemática de los adolescentes. Especialista n Psicología clínica.
[Consultado el: 02/12/14] <http://www.mapfre.es/salud/es/cinformativo/problemas-violencia-juvenil.shtml>
- Pérez Sanz, M^a Cristina. (2014). *Memoria de Practicum II Profundización*. Centro “Los Manzanos”. Valladolid: [Universidad de Valladolid].
- Torres Castro, C. (2005). Jóvenes y violencia. *Revista iberoamericana de educación*, 37, 55-92.
- Leyes, documentos y organismos consultados:
 - ⇒ Real Academia Española (RAE).
 - ⇒ Ley orgánica 5/2000.
 - ⇒ Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte:
http://www.unesco.org/bpi/pdf/memobpi45_educationsport_es.pdf.
 - ⇒ INE (Instituto nacional de estadística).

8. ANEXOS.

ANEXO 1: SESIONES DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA CON JÓVENES EN RIESGO

Sesión 1

- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos)
- Actividad 1: El lazarillo (20 minutos)

Objetivos:

- Fomentar un ambiente de confianza y colaboración entre los participantes.
- Facilitar la creación de redes sociales de compañerismo entre los miembros.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de las normas

Materiales: Sillas, conos, telas, paraguas pañuelos, balón aros...

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Los participantes se colocan por parejas aleatoriamente, uno de los miembros de la pareja se venda los ojos y el otro debe guiarle a través de una serie de obstáculos puestos al azar en el campo, después el guía le acercará a un objeto de los que hemos utilizado de obstáculos y hará que el ciego lo toque para que éste adivine de que objeto se trata, pasado 6 minutos se cambiarán los papeles de guía y ciego entre la pareja.

Observaciones: El guía no debe tocar al compañero, éste debe guiarse por lo que el guía le valla indicando. Al cambiar los papeles de guía y ciego los obstáculos también cambiarán de ubicación.

- Actividad 2: “Trenes locos” (20 minutos)

Objetivo:

- Mejorar las relaciones entre los jóvenes.
- Promover la participación de los jóvenes en actividades grupales
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de las normas.

Materiales: 2 Conos y los pañuelos o antifaces.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Se hacen aleatoriamente 2 grupos de 5 personas, cada uno de ellos se coloca en fila haciendo un trenecito, todos deben tener los ojos cerrados o tapados menos el último de la fila

quien conducirá el trenecito desde un punto fijo (cono) a otro. Para dirigir el tren la última persona da una palmada en la espalda al compañero de delante y éste al de delante así hasta que llegue al primero. Las consignas son:

- Palmada en el centro de la espalda: andar recto hacia delante.
- Dos palmadas seguidas en el centro de la espalda: andar recto hacia atrás.
- Palmada sobre el hombro derecho: hacer un giro de un cuarto hacia la derecha.
- Palmada sobre el hombro izquierdo: hacer un giro de un cuarto hacia la izquierda.
- Palmada sobre la cabeza: detener la marcha.

Observaciones: Los conos deben irse cambiando a medida que el último de la fila también cambie.

- Calentamiento final (10 minutos).
- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 2

- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos)
- Actividad 1: “Canasta revuelta” (20 minutos)

Objetivos:

- Fomentar el clima de respeto entre los diferentes participantes.
- Mejorar la comunicación y las habilidades en resolución de conflictos.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de las normas.

Materiales: Una silla por cada participante.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Todos los participantes se sientan en sillas en círculo y uno de ellos se queda en el centro, el compañero del centro debe señalar a otro del círculo y decir: ¡Piña! (a lo que el compañero del círculo debe contestar con una actitud positiva que tiene su compañero de la derecha), ¡Naranja! (contestando con una actitud del compañero de la izquierda) o ¡Canasta de frutas! (donde todos los compañeros del círculo cambiarán de lugar, momento que el del centro aprovechará para ocupar un sitio en el círculo, quedándose en el centro aquel que se quede sin silla).

Observaciones: Si el miembro del círculo que es preguntado no sabe que contestar o tarda más de 5 segundos pasa al centro y el del centro ocupa su lugar. Todos los miembros tienen que hablar al menos una vez.

- Actividad 2: Baloncesto (20 minutos)

Objetivos:

- Mostrar alternativas de ocio saludables.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.
- Fomentar las actividades que resulten lúdicas.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de las normas.

Materiales: Balón de baloncesto.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Se harán dos equipos que tratarán de anotar el mayor número de canastas siguiendo las normas del baloncesto. Pero se añadirá una norma que facilitará la integración de todos los miembros.

Observaciones: Como norma especial se establece que todos los miembros del equipo deben tocar el balón al menos una vez desde que se saca para poder meter canasta y todos los miembros deben estar implicados para cumplir esa norma.

- Calentamiento final (10 minutos).
- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 3

- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos)
- Actividad 1: “Escultura de espejo” (20 minutos)

Objetivos:

- Mejorar la comunicación no verbal entre los participantes.
- Promover la participación de los jóvenes en actividades grupales.

- Fomentar las actividades que resulten lúdicas y generen sensación de bienestar y satisfacción.

Materiales: Pañuelos o antifaces.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aproximadamente.

Descripción: Los participantes se colocan por parejas elegidas aleatoriamente, la actividad consiste en que uno de los miembros de la pareja se tape los ojos mientras su compañero adopta la postura de una figura que el desee, cuando este colocado avisará al compañero con los ojos vendados, quién deberá adoptar la misma forma adquiriendo la información a través del tacto, es decir, deberá palpar a su compañero e intentar imitar su postura.

Observaciones: Deberá ser una postura difícil de mantener y original, es decir no valen repeticiones.

- Actividad 2: “Rúgbol” (20 minutos)

Objetivos:

- Mejorar las relaciones entre los jóvenes.
- Fomentar un clima de respeto entre los diferentes participantes.
- Promover la participación de los jóvenes en actividades grupales.
- Socializar y concienciar del cumplimiento de las normas.

Materiales: Balón y 2 ruedas.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aproximadamente.

Descripción: Se divide el grupo en dos equipos y se colocan las ruedas cada una en un lado del campo como si de canastas de baloncesto se tratara. El objetivo de cada equipo será el de encestar el balón en la rueda del equipo contrario. La diferencia reside en que el balón no puede botarse más que una vez y no se puede correr cuando se posee el balón entre las manos, es decir, que los miembros del equipo tendrán que irse pasando el balón hasta llegar al otro lado del campo.

Observaciones:

- ✓ El jugador que tiene el balón no puede moverse.
- ✓ No se puede arrebatar el balón al jugador que lo tenga en sus manos, habrá que interceptar los pases.
- ✓ Los lanzamientos desde distancia superior a medio metro valdrán 3 puntos.
- ✓ Depositar el balón en la rueda a menos de medio metro valdrá un punto

- Calentamiento final (10 minutos).

- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 4

- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos)
- Actividad 1: “Brazos enlazados” (20 minutos)

Objetivos:

- Facilitar la creación de redes sociales de compañerismo entre los miembros.
- Mejorar la comunicación y las habilidades de resolución de conflictos.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.

Materiales: Ninguno.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aproximadamente.

Descripción: Los participantes se reparten en parejas, se sientan en el suelo de espaldas y se entrelazan los brazos, después intentan ponerse en pie. Una vez conseguido se va aumentando el número de participantes por cada grupo, hasta intentar conseguir que todo el grupo en conjunto se levante a la vez.

Observaciones:

- ✓ La prueba no será válida hasta que no se hayan levantado todos los miembros.
- ✓ No está permitido apoyar las manos o brazos en el suelo.

- Actividad 2: “Fútbol” (20 minutos)

Objetivos:

- Mostrar alternativas de ocio saludables.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.
- Fomentar las actividades que resulten lúdicas.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de las normas.

Materiales: Balón de Fútbol.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Se harán dos equipos que tratarán de anotar el mayor número de goles siguiendo las normas de este deporte. Pero se añadirá una norma que facilitará la integración de todos los miembros.

Observaciones: Como norma especial se establece que todos los miembros del equipo deben tocar el balón al menos una vez desde que se saca para poder meter gol y todos los miembros deben estar implicados para cumplir esa norma.

- Calentamiento final (10 minutos).
- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 5

- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos)
- Actividad 1: “Mímica” (20 minutos)

Objetivos:

- Mejorar la comunicación y las habilidades de resolución de conflictos.
- Fomentar un clima de respeto entre los diferentes participantes.

Materiales: Tarjetas con nombres de oficios, películas y personajes.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aproximadamente.

Descripción: Cada participante recibirá una o varias tarjetas con el nombre de un oficio, personaje o película y deberá hacer que el resto de sus compañeros adivinen de que se trata a través de la mímica y los gestos.

Observaciones:

- ✓ Deben participar todos los miembros del grupo.
- ✓ No puede articularse ningún tipo de palabra.
- ✓ Se puede recurrir a sonidos onomatopéyicos.

- Actividad 2: “Fútbol sin balón” (20 minutos)

Objetivos:

- Mostrar alternativas de ocio saludables.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.
- Fomentar las actividades que resulten lúdicas.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de las normas.

Materiales: 2 Bolas de papel.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Se harán dos equipos que tratarán de anotar el mayor número de goles siguiendo las normas de este deporte. La diferencia reside en que no hay balón sino que se trata de una bola de papel pequeña con la que contará cada uno de los dos equipos. Cada equipo deberá confiarle la bola a uno de sus miembros ésta será imperceptible para el otro equipo. Se trata de que el miembro con la bola consiga entrar en la portería del contrario. Si uno de los miembros del equipo contrario te toca en su campo quedas eliminado y si es el miembro con la bola se pierde la oportunidad de conseguir el punto.

Observaciones:

- ✓ Durante la jugada no se podrá cambiar la bola de manos hasta que uno de los equipos meta gol y comience así otra jugada.
 - ✓ Consiste en que cada equipo en conjunto idee una estrategia de ataque o defensa.
-
- Calentamiento final (10 minutos).
 - Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 6

- Salida del centro y llegada al parque de Canterac. (10 minutos).
- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos).
- Actividad 1: “Juegos populares” (20 minutos).

Objetivos:

- Fomentar el clima de respeto.
- Promover la participación de los jóvenes.
- Mostrar alternativas de ocio saludables.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de normas.

Materiales: Pelotas pequeñas, juego de la rana...

Tiempo y espacio: Parque de Canterac 20 minutos aprox.

Descripción: Consiste en que un grupo de personas de la tercera edad voluntariamente muestren a

los jóvenes los juegos populares que conocen y les enseñen las normas de ellos mientras los practican conjuntamente. Algunos de los juegos propuestos son: la petanca, la boccia, el juego de la rana...

- Calentamiento final (10 minutos).
- Regreso al centro (10 minutos).
- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 7

- Salida del centro y llegada al parque de Canterac. (10 minutos).
- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos).
- Actividad 1: “Orientación” (20 minutos).

Objetivos:

- Fomentar el clima de respeto.
- Promover la participación de los jóvenes.
- Mostrar alternativas de ocio saludables.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.
- Socializar y concienciar sobre el cumplimiento de normas.

Materiales: Mapa del parque de Canterac, bolígrafos y cintas de colores.

Tiempo y espacio: Parque de Canterac 20 minutos aprox.

Descripción: Consiste en esconder en diferentes lugares del parque de Canterac cintas de colores atadas a diversas cosas como bancos, árboles, papeleras. Se divide a los participantes en dos grupos y se les da un mapa a cada grupo en el que están señalados los lugares donde podrán encontrar las cintas.

Observaciones: Gana el equipo que antes encuentre todas sus cintas.

- Calentamiento final (10 minutos).

- Regreso al centro (10 minutos).
- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

Sesión 8

- Calentamiento y explicación de la actividad. (10 minutos)
- Actividad 1: “Pirámides humanas” (20 minutos)

Objetivos:

- Facilitar la creación de redes sociales de compañerismo entre los miembros.
- Mejorar la comunicación y las habilidades de resolución de conflictos.
- Concienciar a los menores sobre los beneficios de la actividad física.

Materiales: Colchonetas.

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aproximadamente.

Descripción: Los participantes deberán colocarse encima de las colchonetas y crear diferentes pirámides con sus cuerpos empezando por grupos reducidos de 3 personas y a medida que se vaya superando cada reto aumentando el número. El objetivo final es lograr una pirámide con todos los jóvenes participantes.

Observaciones:

- ✓ La prueba no será válida hasta que no se haya realizado la pirámide completa.
- ✓ Todos los miembros deberán ayudarse conjuntamente para alcanzar el objetivo común.

- Actividad 2: “Juego libre” (20 minutos)

Objetivos:

- Observar cómo se realiza la elección del juego y como es la colaboración entre los miembros a la hora de organizarlo.

Materiales:

Tiempo y espacio: Campo deportivo del centro 20 minutos aprox.

Descripción: Se les animará a los jóvenes a que como grupo elijan la actividad deportiva que deseen realizar teniendo en cuenta las opiniones y gustos de cada uno de ellos y organizándose de manera igualitaria.

Observaciones: Esta actividad les servirá a los jóvenes para poner en práctica todo lo aprendido en las sesiones anteriores sobre participación y comunicación entre compañeros.

- Calentamiento final (10 minutos).
- Puesta en común, reflexión y autoevaluación (30 minutos).

ANEXO 2: FICHA DE AUTOEVALUACIÓN DE CADA SESIÓN

Cuestionario de Evaluación

-¿Se han realizado todas las actividades propuestas para la sesión?

.....
.....

-¿La actitud de todos los participantes ha sido correcta?

.....
.....

-¿Tu actitud durante la sesión ha sido correcta?

.....
.....

-¿Ha habido participación por parte del grupo?

.....
.....

-¿Qué has aprendido durante esta sesión?

.....
.....

-¿Crees que las actividades han alcanzado sus objetivos?

.....
.....

-¿Qué dificultades has encontrado para realizar las actividades? ¿Cómo las has superado?

.....
.....

-¿Ha habido buena comunicación entre miembros?

.....
.....

-¿Te gustaría repetir o eliminar alguna actividad de la sesión? ¿Por qué?

.....
.....

-¿Cómo te has sentido durante la sesión? ¿Y al terminarla?

.....
.....

-¿Crees que puedes poner en práctica lo aprendido durante la sesión en la convivencia en el hogar? ¿Cómo?

.....
.....

-¿Y en tu vida cotidiana en tu entorno familiar, escolar, amigos...?

.....
.....

ANEXO 3: FICHA DE AUTOEVALUACIÓN FINAL DEL PROYECTO

Cuestionario FINAL

-En general puntúa el proyecto según tu experiencia personal del 1 al 10 ¿Por qué?

.....
.....

-¿Crees que ha habido evolución en tus actitudes desde el comienzo del proyecto hasta ahora?

.....
.....

-¿Qué habilidades o actitudes crees que has mejorado a través de las sesiones?

.....
.....

-¿Ha habido evolución en la participación por parte del grupo?

.....
.....

-¿Cómo crees que ha podido mejorar la convivencia en el hogar a través de las sesiones?

.....
.....

-¿Crees que el proyecto ha alcanzado sus objetivos?

.....
.....

-¿Qué dificultades has encontrado durante la realización de las sesiones en general? ¿Cómo las has superado?

.....
.....

-¿Se ha creado un sentimiento de grupo entre los miembros?

.....
.....

-¿Te gustaría repetir o eliminar alguna actividad del proyecto en general? ¿Por qué?

.....
.....

-¿Crees que puedes poner en práctica lo aprendido durante las sesiones en la convivencia en el hogar? ¿Cómo?

.....
.....

-¿Y en tu vida cotidiana en tu entorno familiar, escolar, amigos...?

.....
.....