



20¹⁵/₁₆



Jugamos limpio si:



Incluimos a tod@s

l@s que deseen practicar deporte y atendemos sus diferencias y necesidades



Participamos por el placer de **Jugar y Divertirse**



Favorecemos la participación con **Igualdad de Oportunidades** para tod@s



Mejoramos nuestra **Formación y Habilidades** deportivas, y las ponemos al servicio del grupo



Respetamos las Reglas y a quienes se preocupan de que éstas se cumplan



Compartimos las Actividades con l@s demás, no jugamos en su contra



Aplaudimos todos los esfuerzos, el buen juego y la deportividad



Nos relacionamos con **Corrección y Tolerancia**, sin violencia y sin insultos



Adquirimos hábitos para la mejora de nuestra **Salud** física y emocional



Así, **jugando limpio**, ganamos tod@s.

Cuidamos las instalaciones, el material y el entorno, en especial, si practicamos en el **Medio Natural**





Saluda del Presidente

Gabriel Amat Ayllón

Cada día nuestra sociedad es más consciente de la necesidad de educar a nuestros hijos (y a nuestros nietos, para los que ya tenemos cierta edad) en valores destinados a crear personas más responsables, comprensivas, integradoras y solidarias. Y el deporte en la edad escolar ha sido desde siempre una escuela de trabajo en equipo, de relaciones personales, de formulación y cumplimiento de objetivos, de integrar el valor de la victoria o de la pérdida... del juego limpio, en suma, que da nombre a esta campaña.

Al compromiso que desde siempre la Diputación de Almería ha mantenido con la promoción del deporte para todos y de los Juegos Deportivos Provinciales, se ha sumado desde estos últimos años, de manera pionera y con notable éxito, el programa Juega Limpio, cuya función es premiar a quienes apuestan a lo largo del curso por los valores de la deportividad, la convivencia, el compañerismo, la amistad y el trabajo en equipo, más allá de las clasificaciones, los podiums, los puntos, los goles o las canastas.

Desde estas páginas quiero felicitar y dar mi enhorabuena a todos los que hacen posible el programa: a los padres, los profesores, los clubes, los patrocinadores, los técnicos de nuestra Área de Deportes y a los cientos de niños y jóvenes que dan vida a nuestros municipios con su permanente convivencia en el deporte como actividad destinada a favorecer el crecimiento personal y a colaborar en un futuro de excelentes ciudadanos.

5		Mirando atrás para coger impulso Un repaso a todo lo realizado en el contenido Almería Juega Limpio
6		Mensajeros Almería Juega Limpio Fernando Soriano y Pablo Jaramillo
7		Municipio Almería Juega Limpio Un sello de calidad
9		La excelencia de jugar limpio Premio Excelencia AJL
12		Campus Almería Juega Limpio El Cómic
14		Criterio Resultado Ligas Educativas de Promoción Deportiva
16		Acompáñales a jugar y no les obligues a ganar Ligas Educativas de Promoción Multideportiva
20		Jugando a la natación Encuentros Educativos de Promoción Deportiva

21		Aplicate el cuento Concurso de relatos Almería Juega Limpio
-----------	---	---

Revista Almería Juega Limpio
 Realizada por:
 Área de Deporte y Juventud
 Impresa por:
 Imprenta Provincial
 Diputación de Almería

49		Por un Deporte Saludable Asociación Cada Paso Cuenta
52		Decálogo Juega Limpio con su salud Decálogos Almería Juega Limpio
54		La gestión educativa del deporte en el ámbito municipal Sergio González Naveros
56		Educar en valores a través del deporte Antonio Merino Mandly
58		¡Un gol al racismo! Salva R. Moya
60		Usted es su padre no su entrenador Patricia Ramírez Loeffler
62		El valor del deporte en la sociedad Ismael Santos
63		“Sigue su ejemplo” vs “No sigas su ejemplo” El valor de un gesto / El valor de un despropósito

Mirando atrás para coger impulso

Un repaso a lo realizado en la legislatura en el contenido Almería Juega Limpio

Cuatro años han transcurrido, ya, desde que el primer número de esta publicación vio la luz, allá por el mes de octubre de 2011, para dar soporte y mayor visibilidad a la “marca” **ALMERÍA JUEGA LIMPIO**. Lo que nació como soporte alternativo al tradicional folleto divulgativo de la correspondiente normativa técnica de turno, se ha convertido ya en un referente documental del trabajo realizado cada año en torno a la educación en valores y las buenas prácticas de participación y gestión del deporte en edad escolar. Trabajo que venía de lejos sí, desde que en 2006 se idearon las primeras iniciativas de esta propuesta diferenciadora de promoción deportiva, pero que en el periodo de la legislatura 2011/2015 ha experimentado una sobresaliente puesta en valor con el desarrollo de numerosas actuaciones que han contribuido, desde diversas perspectivas, al cumplimiento de la razón de ser de este contenido complementario del programa **JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES**.

Así, la **MISIÓN** asignada a “Almería Juega Limpio” fue la de **promover que todas las personas implicadas que, de forma directa o indirecta, influyen en la experiencia que niños y adolescentes viven a través de su práctica deportiva, asuman un papel proactivo y ejemplarizante en su educación en valores y adquisición de hábitos saludables;** y desde ella se han ido implementando estrategias de distinta índole para dar forma a la **VISIÓN** con la que se pretende mirar a su futuro: **servir de referente provincial y autonómico en el ámbito del deporte en edad escolar educativo y recreativo (vía de promoción deportiva).**

Esta vocación de liderazgo programático no debe confundirse con la intención petulante de autoproclamarse mejor que nada ni que nadie; sino con la vocación de ofrecer un concepto y un modelo propios pero, sobre todo, transferibles y exportables a otras entidades del sistema deportivo provincial para la promoción del deporte en edad escolar basado en su potencial educativo y necesitado de la intervención

participada de todos los estamentos y colectivos implicados en la materia.

Como ya se ha proclamado en diversas ocasiones, lo que nació estrictamente como un reglamento que pudiera medir las acciones de juego limpio de los deportistas involucrados en las competiciones de modalidades colectivas, es hoy un amplio compendio de actividades de difusión y reconocimiento de buenas prácticas, de formación e información para la acción, de interacción y convivencia entre participantes.

Cuatro años han transcurrido, sí, desde que el nuevo Decálogo de Valores abrió la puerta a los Reconocimientos y Premios a la Excelencia, a las Distinciones y los Premios Municipio “Almería Juega Limpio”; a los itinerarios de Formación, al Concurso de Relatos ¡Aplicáte el cuento! y a las Jornadas para Padres/Madres/Técnicos de Jóvenes Deportistas; al Decálogo para Buenos Espectadores y al Decálogo Juega Limpio con su Salud; a la Gala, Campus y Salón de las Estrellas; a Arbi y los Mensajeros; a esta revista y al espacio web “Zona Almería Juega Limpio” en los que se ha procurado poner al alcance de un clic todo el esfuerzo compartido.

El tiempo sigue y el pasado solo sirve para aprender y afrontar el futuro. Cuatro nuevos años acaban de iniciarse con renovadas ilusiones que exigen un nuevo diagnóstico que sirva para aprovechar las oportunidades y afrontar las amenazas, para mantener las fortalezas y corregir las debilidades. Queda mucho por hacer en un campo en el que todo lo que se invierta siempre será poco ya que gestionar educación y salud a través del deporte debe ser, sin duda, más que un pilar fundamental de los servicios deportivos públicos, una obligación irrenunciable

Es tiempo de tomar impulso y seguir defendiendo aquello en lo que creemos: **un deporte educativo, sano y divertido... para todos, para siempre y entre todos.**





Mensajeros del Juego Limpio

Dos nuevos embajadores de “Almería Juega Limpio”

La iniciativa “Almería Juega Limpio” ha vuelto a estar presente en esta nueva edición de los Juegos Deportivos Provinciales. Una propuesta para la divulgación de la vida activa y la educación en valores en la que se implican tanto los jóvenes deportistas como los tutores, educadores, técnicos, árbitros o espectadores.

La Diputación de Almería continúa llevando por toda la provincia este mensaje, para lo que un año más contó con unos Mensajeros que son un gran ejemplo para los pequeños deportistas. En este caso el título de Mensajeros de Juego Limpio han recaído sobre Fernando Soriano, futbolista de la Unión Deportiva Almería, y Pablo Jaramillo, ciclista paralímpico.



PABLO MANUEL JARAMILLO GALLARDO. Nació en Madrid, pero reside en Almería desde los 5 años de edad, aficionándose al ciclismo desde su adolescencia. En el año 2001 sufrió un grave accidente de tráfico que le provocó graves daños en su brazo izquierdo. La bicicleta fue de gran ayuda para su recuperación física y mental. 35 veces internacional, subcampeón del Mundo y campeón de Europa de ciclismo paralímpico. Durante el acto de presentación, Pablo Jaramillo manifestaba que *“todo lo que sea invertir en la infancia a través del deporte es la base para que os niños crezcan y se desarrollen como deportistas, pero, sobre todo, como personas”*.



FERNANDO SORIANO MARCO. El futbolista nacido en Zaragoza lleva diez temporadas en la UD Almería y ha vivido dos ascensos a la Liga BBVA. Con el Real Zaragoza se proclamó campeón de la Copa del Rey y de la Supercopa de España. Fernando Soriano aseguraba que *“es todo un privilegio ser mensajero de estos Juegos Deportivos Provinciales y me sumo a los valores que presiden los mismos. Además, ahora que soy padre, me gustaría que mis hijas participaran en un acontecimiento como este basado en la educación, el respeto y los hábitos saludables, como el de la alimentación, sobre todo ahora que se habla mucho de la obesidad entre los jóvenes”*.

Municipio Almería Juega Limpio: un sello de calidad

El premio se ha convertido en una seña de identidad en el deporte escolar de los municipios de Almería

Se ha cumplido el ciclo de los primeros cuatro años de vigencia de estos premios que han supuesto una revolución en el modo de entender el deporte escolar para los municipios de la provincia de Almería.

Comprender que la orientación en la gestión de los equipos de las escuelas deportivas tiene una transcendencia fundamental en como sus participantes ven el deporte, al que se le supone un factor importantísimo para a educación en hábitos y valores de los escolares, y que de esto depende en buena medida como será el comportamiento de los deportistas, y más que eso, de las mujeres y hombres de mañana dentro y fuera del entorno deportivo, es el hecho que ha movido desde el principio la implantación de estos premios, y hoy tenemos la certeza de que esto ha empezado a funcionar.

De las cuatro ediciones ya de los premios se ha dado una cierta repetición entre los municipios que ocupan los primeros lugares en el ranking y esto es indicador de que hay numerosos pueblos que han creído en el proyecto y que han hecho suya esta forma de entender la gestión del deporte escolar.

Así, la distinción con estos premios se ha convertido en un sello de calidad a nivel provincial que identifica a aquellos municipios que persiguen, luchan y consiguen implantar todas estas prácticas positivas en el ámbito de sus escuelas deportivas.



Si hacemos recopilación, los municipios más destacados en esta labor durante los últimos cuatro años han sido ALCOLEA, BALANEGRA y LA MOJONERA con tres sellos obtenidos en tres ediciones diferentes cada uno de ellos. Esto implica un trabajo continuado y comprometido durante mucho tiempo para hacer del deporte escolar un medio para la educación en valores, la promoción y adquisición de hábitos saludables, sin olvidarse de la diversión de los participantes.

En esta cuarta edición se ha vuelto a superar el récord de puntuación que hasta la fecha estaba en 54,25 (Balanegra 2013/14), situándose en los 54,50 obtenidos este año por HUÉRCAL OVERA, municipio del rango de población mayor.

El cuadro de honor en el Premio Municipio Almería Juega Limpio de la edición 2014/15, ha quedado como sigue:

Municipios hasta 1.000 habitantes		Municipios de 3.500 a 5.000 habitantes	
1º Alcolea	17,45 pts.	1º Tabernas	33,50 pts.
2º Felix	17,05 pts.	2º Cantoria	28,23 pts.
3º Uleila del Campo	13,64 pts.	3º Tíjola	19,06 pts.
Municipios de 1.000 a 2.000 habitantes		Municipios de 5.000 a 10.000 habitantes	
1º María	17,83 pts.	1º La Mojónera	33,52 pts.
2º Purchena	16,54 pts.	2º Garrucha	26,26 pts.
3º Bédar	13,08 pts.	3º Pulpí	24,99 pts.
Municipios de 2.000 a 3.500 habitantes		Municipios de más de 10.000 habitantes	
1º Balanegra	52,96 pts.	1º Huércal Overa	54,50 pts.
2º Sorbas	39,99 pts.	2º Adra	39,51 pts.
3º Los Gallardos	26,51 pts.	3º Vícar	32,95 pts.

En el futuro próximo este premio tendrá aun más importancia si cabe. El Área de Deporte y Juventud de la Diputación de Almería está trabajando para conseguir que cada vez más municipios se sumen al carro del Juego Limpio y entren de lleno a realizar todo tipo de acciones encaminadas a la gestión del deporte escolar como un medio para fomentar los hábitos saludables entre la población y la promoción a través del deporte de valores sociales y democráticos propios de una sociedad moderna.

En Municipios de hasta 1.000 habitantes el pueblo vencedor ha sido Alcolea, que repite resultado sustentado en la participación de sus equipos tanto en Ligas como en Encuentros, y consigue así su tercer entorchado como Municipio Almería Juega Limpio. Todo un hito en un municipio de apenas novecientos habitantes que comprende de la importancia de este premio y realiza todos los años un gran esfuerzo por conseguirlo.



ALCOLEA

MARÍA



En Municipios de 1.000 a 2.000 habitantes la clasificación ha estado encabezada por María, que supera un año más a Purchena en la clasificación, diferenciándose del resto de municipios de su rango de población por una mayor diversidad de práctica al inscribir equipos en dos modalidades de Ligas Educativas. No obstante, como en el grupo anterior, las diferencias de puntuación han estado muy ajustadas con un punto escaso entre primer y segundo clasificado, lo que debe animar al resto de municipios participantes a seguir trabajando en este sentido y apostando por el Juego Limpio y la Deportividad.

Dentro de los Municipios de 2.000 a 3.500 habitantes, el vencedor ha sido Balanegra que estrena municipalidad con un nuevo premio Almería Juega Limpio, y ya van tres hasta la fecha. La proactividad de sus responsables para incentivar una sana participación en numerosas modalidades de Ligas y Encuentros Deportivos le ha permitido superar una año más de forma holgada al resto de pueblos de su grupo de población.



BALANEGRA

TABERNAS



Municipios de 3.500 a 5.000 habitantes, se ha vuelto a alternar la clasificación quedando en esta ocasión Tabernas por delante de Cantoria, que parecen los municipios más destacados en la promoción del deporte educativo en este grupo de población. Ambos municipios presentan una participación similar en los Juegos Deportivos Provinciales con una mayor participación en Ligas Educativas y una presencia exigua en Encuentros, por lo que al final son pequeños detalles los que cada año decantan la clasificación. En esta ocasión han primado el mayor número de Reconocimientos Equipo AJL.

En Municipios de 5.000 a 10.000 habitantes, repite La Mojonera como Premio Especial Municipio Almería Juega Limpio superando con claridad a Garrucha y Macael. Para ello, ha obtenido una mejor clasificación en criterios de deportividad que les ha hecho superar la igualdad reinante por cantidad de participación con Garrucha, por ejemplo.



LA MOJONERA

HUÉRCAL OVERA



En Municipios de más de 10.000 habitantes, el premio ha sido para Huércal Overa que, con récord incluido, ha conseguido superar a Adra y Vícar en esta ocasión, los otros municipios más destacados del rango de población de los municipios mayores. Huércal Overa ha sido el municipios que más equipos ha presentado en el contenido de Ligas Educativas, con una importante participación en el otro contenido, el de Encuentros Educativos. Pero no solo ha presentado una gran cantidad de participación si no también con calidad, obteniendo numerosos Reconocimientos AJL y Premios Excelencia AJL que les ha aupado a lo más alto de la clasificación.

La Excelencia de Jugar Limpio

Participar con limpieza y deportividad merece un reconocimiento especial

En la actualidad la calidad en el desarrollo de determinados trabajos y tareas se convierte en un factor determinante para la valoración de aquellos que la realizan y, en este sentido, el concepto "Excelencia" parece algo reservado a unos pocos elegidos. Sin embargo, la exigencia de excelencia en el juego limpio que desde el Programa Juegos Deportivos Provinciales se realiza a sus participantes, se está convirtiendo en un valor en alza que encuentra la respuesta positiva de una amplia mayoría de jugadores y técnicos implicados en su desarrollo.

El Juego Limpio en nuestro programa implica mucho más que una ausencia de sanciones de los equipos en liza, aunque que duda cabe de que este es un indicador bastante objetivo y significativo del comportamiento de los equipos que participan en las actividades. Por esto, para reconocer la Excelencia y a los equipos (y sus integrantes) más destacados en este papel de cuantos están implicados en las competiciones, se creó el Premio Excelencia Almería Juega Limpio.

En las Ligas Educativas este premio tiene una clasificación muy metódica, y lo ganan aquellos equipos que, en ausencia de sanciones durante toda la competición, realizan un mayor esfuerzo de participación con un mayor número de componentes en

liza en cada partido con respecto al número máximo de deportistas que podrían llegar a alinear según la inscripción registrada originariamente y también en función del número máximo de deportistas que se pueden alinear en el acta de un partido. En los Encuentros Educativos este Premio tiene una valoración algo más subjetiva en la que se tiene en cuenta criterios de deportividad, comportamiento general en las convocatorias, continuidad en la participación, paridad en la composición de equipos en las categorías que lo requieren, esfuerzo de participación, puntualidad, etc.

Los premios Excelencia, otorgados son solo uno por modalidad deportiva y categoría, y tienen un reconocimiento al mismo nivel o incluso superior que el de los equipos ganadores en el criterio de resultado de la misma competición, realizándose una entrega de premios específica. Estos premios además, en las categorías alevín e infantil masculina y femenina de Ligas Educativas dan derecho a ser invitados al Campus Almería Juega Limpio que se celebra todos los años en Sierra de Cazorla.

"Estos premios en categoría alevín e infantil dan derecho a ser invitado al Campus Almería Juega Limpio de Cazorla"

En el siguiente listado e imágenes se detalla el cuadro de honor de los equipos Excelencia en el Juego Limpio de la edición 2014/15 de los Juegos Deportivos Provinciales de la Diputación de Almería:

LIGAS EDUCATIVAS BALONCESTO

BALONCESTO VÍCAR
Infantil Femenino



EDM BC SORBAS
Infantil Masculino



CB TABERNAS B
Cadete Femenino



EDM VERA
Cadete Masculino



CB LA MOJONERA
Juvenil Femenino



LIGAS EDUCATIVAS BALONCESTO



CDB ADRA
Juvenil Femenino



EDM LOS GALLARDOS
Juvenil Femenino



EDM LOS GALLARDOS
Juvenil Masculino

LIGAS EDUCATIVAS FÚTBOL SALA



BALANEGRA A
Alevín



FS PULPI
Infantil Femenino



BALANEGRA A
Infantil Masculino



BEDAR-LOS GALLARDOS
Cadete Femenino



FS BAYARCAL
Cadete Masculino



FS FELIX
Juvenil Masculino

LIGAS EDUCATIVAS VOLEIBOL



ULEILA DEL CAMPO
Alevín



HUÉRCAL OVERA
Infantil Femenino



OLULA DEL RÍO B
Juvenil Femenino

ENCUENTROS EDUCATIVOS



EDM HUÉRCAL OVERA
Atletismo



CD URCI ALMERÍA

Balonmano



GÉRGAL
Fitness y Bailes Deportivos



Rugby

CR EL EJIDO



HUÉRCAL DE ALMERÍA

CTM HUÉRCAL ALMERÍA
Tenis de Mesa



CEIP 10 ABRIL MOJONERA
Preminibasket



EDM HUÉRCAL OVERA
Tenis



CGR STELLA MARIS

Ginmasia Rítmica

LIGA EDUCATIVA MULTIDEPORTE



CEIP LOPE DE VEGA
Multideporte



CAMPUS AJL "EL CÓMIC"





La Competición que educa

Los JDP se enfocan hacia una perspectiva participativa e integradora

Es evidente que el deporte como actividad tiene excelentes consecuencias para la salud, pero también necesitamos mostrar a los jóvenes que, como competición, enseña incontables valores para la vida. Poca gente duda de que la victoria por encima de todo no es educativa. No tenemos nada más que pensar en aquellos deportistas que anteponen la victoria o el triunfo como objetivo, por encima de la salud, la educación o el divertimento.

Pero parece fuera de toda duda que la competición es enriquecedora y que es de significativa importancia para la motivación y formación de los chicos y chicas. Por tanto, el deporte educa cuando tiene el objetivo de inculcar sus valores intrínsecos a las personas y la sociedad; cuando es utilizado correctamente para dicho fin.

Es este el caso de los “Juegos Deportivos Provinciales” que orienta la competición hacia una perspectiva participativa e integradora y hacia un elemento que forma parte del proceso de enseñanza.

Las “Ligas Educativas de Promoción Deportiva” constituyen un factor clave para la educación en valores (respeto a los compañeros, a las reglas, la superación de las propias debilidades, la confianza en las propias fuerzas o en las del equipo, etc.)

Ahora destacaremos a aquellos equipos que han alcanzado las mejores puntuaciones durante la competición según las victorias, empates y derrotas conseguidas.

En la Liga Educativa de **Multideporte**, dado el carácter no competitivo de esta actividad, no existen clasificaciones finales. Esta tabla corresponde a los equipos que disfrutaron de la Jornada de Clausura y que se clasificaron en función de los Criterios Almería Juega Limpio.

Liga Educativa de Promoción del Multideporte	
CEIP Lope de Vega (Almería)	
EDM Antas	
EDM Balanegra	
EDM Viator	
EDM Sorbas	
EDM Vélez Blanco	
CEIP Puche (Almería)	
CEIP Buenavista (Balanegra)	
EDM Oria	
Felix CF	

En la modalidad de **Baloncesto**, los premios estuvieron muy repartidos aunque hay que destacar a la **Escuela Municipal de Baloncesto de Garrucha** que consiguieron llegar a todas las finales masculinas y también a la Alevín Mixta.

Liga Educativa de Promoción del Baloncesto			
ALEVÍN		CADETE FEMENINA	
1º	EDM Vera B	1º	EDM Antas
2º	EMB Garrucha A	2º	CB Tabernas
3º	CD Baloncesto Adra B		
4º	CD Salle-Chocillas		
		CADETE MASCULINA	
		1º	EMB Garrucha
		2º	Baloncesto Vícar
		3º	CB Olula
INFANTIL FEMENINA		4º	CEIP Venta del Viso
1º	CB Tabernas		
2º	Baloncesto Vícar		
3º	EDM Antas	JUVENIL FEMENINA	
4º	EDM Los Gallardos	1º	CD Baloncesto Adra
		2º	CB La Mojonera
INFANTIL MASCULINA		JUVENIL MASCULINA	
1º	EDM Macael	1º	CD Baloncesto Adra
2º	EMB Garrucha A	2º	EMB Garrucha
3º	Nexa Carboneras	3º	CD Almaryya
4º	CEIP Venta del Viso	4º	EDM Vélez Rubio

En Fútbol Sala también hubo reparto de premiados. Como destacados, el equipo alevín de **Balanegra A** y el equipo **Pulpí Infantil Femenino** que, además de conseguir la segunda plaza en sus respectivas categorías, fueron merecedores del premio Excelencia Almería Juega Limpio, lo que les ha valido para poder ir al Campus de las Estrellas Almería Juega Limpio de este año.

Liga Educativa de Promoción del Fútbol Sala			
ALEVÍN		CADETE FEMENINA	
1º	La Mojonera CF	1º	EDM FS Viator
2º	Balanegra A	2º	EDM Vera
3º	CEIP Puche	JUVENIL FEMENINA	
4º	Canjáyar	1º	Purchena Larasport
INFANTIL FEMENINA		CADETE MASCULINA	
1º	EM Cantoria	1º	IES Río Andarax
2º	FS Pulpí	2º	Zurgena FS
		3º	EDM Huércal Overa A
		4º	FS Tabernas
INFANTIL MASCULINA		JUVENIL MASCULINA	
1º	Tíjola	1º	Balanegra
2º	IES Río Andarax	2º	Felix CF
3º	Zurgena FS	3º	Purchena Larasport
4º	F.Victoria/Fondón	4º	Tíjola

En Voleibol, la actuación global más destacada ha sido la de la **Escuela Municipal de Cantoria** con tres equipos presentes en la fase de clausura en las categorías Alevín, Infantil y Cadete Femenina.

Otras escuelas de voleibol han logrado clasificar a dos equipos para la fase de clausura, como el club de la capital Cajamar Club Deportivo Mintonette Almería; o municipios con mucha tradición en esta modalidad deportiva como Macael, Cuevas del Almanzora o María.

Los trofeos también han sido muy repartidos, con representación de municipios de diferentes puntos de la provincia almeriense.

Liga Educativa de Promoción del Voleibol			
ALEVÍN		CADETE FEMENINA	
1º	CD Stella Maris (Almería)	1º	EDM Alhama
2º	EDM Macael	2º	EM Cantoria
3º	EDM Huércal Overa	3º	Cajamar CDMA
4º	EM Cantoria	4º	María Voley
INFANTIL FEMENINA		JUVENIL MASCULINA	
1º	Cajamar CDMA	1º	EDM Voleibol Sorbas
2º	EDM Palomares	2º	María Voley
3º	EM Cantoria	3º	Tíjola
4º	EDM Macael	4º	EDM Cuevas



Acompáñale a jugar y no le obligues a ganar

Varias actividades tuvieron como hilo conductor el “Deporte y Familia”

Actualmente el concepto deporte ha sufrido diversos cambios, considerándose un término complejo de definir e interpretar. En nuestro caso, si hablamos de deporte o actividad física, nos gusta optar por la definición dada por la Carta Europea del Deporte, que lo entiende como todo tipo de actividad física que mediante una participación organizada o de otro tipo, tenga por finalidad la expresión o mejora de la condición física o psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles. Si además hablamos de deporte en edad escolar, el modelo deportivo debe postular la búsqueda de unas metas educativas, divertidas y saludables para dirigirse hacia una visión global del proceso de iniciación y práctica deportiva, donde la motricidad sea el común denominador y los niños-as en edad escolar protagonistas del proceso.

Así, diferentes autores o especialistas tienen en cuenta una serie de aspectos claves en el deporte en edad escolar, basados en la educación en valores: tolerancia y dominio de sí mismo, autonomía y responsabilidad, aceptar la victoria y la derrota, coeducación, respetar las reglas, compañeros-as, contrario, árbitros, etc.

Por todo ello, la labor de todos los agentes implicados en el deporte cobra una gran trascendencia si queremos conseguir, precisamente, un deporte “Educativo, Divertido, Saludable y de Calidad”, pudiendo llegar a ser muy beneficioso si se rodea de las circunstancias necesarias para ello. En este sentido, son muchos los autores que coinciden en que los padres y madres son los principales agentes socializadores en jóvenes de edad escolar (Garrido, González, Romero, 2010), contemplando el apoyo de la familia como el principal predictor de la práctica deportiva en estas edades (Escartí, Pascual, Gutiérrez, 2005); siendo la eficacia de ciertos modelos de prácticas parentales, fundamentales en la futura adquisición de hábitos saludables y vida activa en jóvenes (Casimiro y Piero, 2001).

Durante la edición XXIV del programa “Juegos Deportivos Provinciales” 2014/2015, hemos tenido en cuenta la influencia paterno y/o materna en la práctica físico-deportiva y en la promoción o adquisición de hábitos saludables y vida activa, suscitando el interés de incorporar a la Liga Educativa de Promoción del Multideporte, la participación de padres y madres en diferentes jornadas con la utilidad de ampliar el abanico de aportaciones que la figura paterno/materna puede ofrecer sobre la práctica físico-deportiva de sus hijos-as en la modalidad de multideporte y en prácticas futuras.

Dentro del calendario (*Seis jornadas*) que el contenido Ligas ofrecía a los diferentes grupos participantes en la modalidad de multideporte, fueron tres las destinadas a la participación activa de padres y/o madres:

- Jornada de apertura (22 nov. 2014)
- 3ª jornada de fase provincial (14 mar. 2015)
- Jornada de clausura (09 may.2015)

La jornada de apertura tuvo como hilo conductor “Deporte y Familia”, contemplando a “Ego Sport Center” como escenario o instalación de los contenidos a desarrollar, durante toda la jornada de mañana del sábado (10:00 a 14:00 horas), donde padres/madres y niños-as, pudieron vivenciar diferentes experiencias de práctica deportiva que se pueden encontrar en este tipo de centros deportivos, donde un sinfín de posibilidades de cara a la actividad física en familia proporcionan bienestar físico, psíquico y social.

Entre estos-as jóvenes de edad escolar la constancia y regularidad como actitudes indispensables en cualquier actividad que desarrollen a lo largo de sus vidas. Además, esta jornada ofreció a padres, madres, hijos-as, la oportunidad de compartir una experiencia deportiva de tipo lúdico que se encuentra alejada de tensiones que normalmente, ofrecen las actividades deportivas competitivas.



Durante la tercera jornada de la fase provincial de la liga educativa para la promoción del multideporte se celebró la segunda actuación conjunta entre padres/madres y niños-as participantes en los diferentes grupos inscritos en esta modalidad. La actividad para padres y/o madres, además de acompañar y experimentar la actividad física-deportiva que sus hijos-as realizarían durante toda la jornada de mañana, a través del hilo conductor “Deporte y Sensibilización”, estaría centrada en una charla-coloquio, impartida por profesionales de la actividad física y la salud de 12:15 a 14:00 horas.

En el tiempo de actividad con padres y/o madres se destacó la importancia de una actividad física-deportiva regular y adaptada a las características de cada individuo, como medio para mejorar la salud y la calidad de vida. Con esta práctica regular y controlada se subrayaba la obtención de beneficios, no sólo físicos, sino también psicológicos y sociales para niños-as, convirtiéndose así la actividad física-deportiva en un factor primordial para el desarrollo personal y social de jóvenes deportistas en edad escolar con una marcada influencia en los hábitos de práctica durante la edad adulta.



Sin embargo, diferentes informes destacaban el descenso de práctica físico-deportiva entre jóvenes en edad escolar, observándose, igualmente, una tendencia en el aumento de la obesidad entre los/as niños/as, lo cual, constituía una grave preocupación en el ámbito de la salud pública y convertían la promoción de la salud y la práctica de actividad física-deportiva en uno de los objetivos esenciales en la política de la mayoría de países desarrollados (Organización Mundial de la Salud, 2004).

De ahí, que diversos organismos e instituciones como puede ser la Diputación de Almería, a través de su Delegación de Deportes (Negociado de actividades y programas), elaboren estrategias que puedan resultar idóneas en la promoción de una vida activa y saludable, apuntando a un enfoque en los programas a desarrollar en edad escolar, más orientado a la educación en valores y los hábitos de salud, un ejemplo de contexto ideal, serían las escuelas deportivas municipales para promover la actividad físico-deportiva y actitudes positivas hacia este tipo de propuesta regular, ya que los programas físico-deportivos, dirigidos a jóvenes en edad escolar, deben proporcionar elementos relevantes en la conformación de estilos de vida saludables, mediante la promoción de hábitos y estilos de vida activa.

De esta forma, se destaca la “falta de concienciación” y la “falta de conocimiento” que llevan a creencias de falsos mitos, muy influenciados por una cultura mediática dominante como el principal obstáculo para promover la actividad física saludable; por esta razón, resulta de vital importancia, concienciar al entorno del niño-a (padres/madres, técnicos-as educadores-as, etc.), sobre los beneficios de una vida activa y una actividad física bien orientada o canalizada para la salud de jóvenes deportistas.

Teniendo en cuenta que el apoyo de la familia es señalado como la principal influencia para la práctica físico-deportiva de niños-as, pues se conforman como los principales agentes socializadores al resultar fundamentales y, sumamente eficaces, los modelos de práctica parentales para la futura adquisición de hábitos saludables de los jóvenes de edad escolar.

La jornada de clausura de la liga educativa de promoción del multideporte, concenro la tercera jornada de padres y/o madres en el Lago Victoria de Almerimar (El Ejido). Deporte y naturaleza era el contenido temático y central, a través del cual, padres/madres y niños/as, participarían de forma activa en las diferentes actividades que configuraban el programa (De 10:00 a 14:00 horas).

Durante la primera parte de la mañana (De 10:00 a 11:45 horas), padres y/o madres asistieron a una ponencia “No le obligues a ganar, acompañales a jugar” donde el objetivo era provocar la reflexión en torno al papel que la familia (padres y/o madres) y los/as técnicos/as educadores/as deportivos deben ejercer para que la transmisión de valores entorno a la práctica deportiva de los/as más jóvenes sea una herramienta eficaz para su educación y salud integral.



Los padres y/o madres asistentes, reconocieron diferentes tópicos que, fácilmente, pueden ser observables en la cultura y práctica deportiva en edad escolar, incidiendo de forma directa en niños/as que se inician en la actividad física-deportiva:

1) Cada niño-a es un campeón en potencia. Pues bien, necesitamos cambiar el paradigma, no hablando de iniciación deportiva fundamentada en la búsqueda del éxito final, sino de la ayuda al desarrollo personal (físico, psíquico, social), valorando más el proceso que el resultado.

2) Necesidad de un dominio previo de la técnica deportiva. La iniciación deportiva se ha construido a partir de reproducir el modelo técnico basado en la práctica adulta de alto nivel; de esta manera, se ha llegado a la magnificación de la técnica como pilar del proceso de iniciación o enseñanza, llegando a cometer un importante error, eliminar el placer que el juego genera y, consecuentemente, la actitud esencial de diversión que es sustituida por la instrucción. Esto transforma la actividad de juego en trabajo y la atmósfera que se crea se aleja de los intereses del niño/a.

3) La necesidad de iniciarse en edades tempranas ¿A qué edad se debe empezar para ser campeón o campeona? o ¿Qué edad es la idónea para lograr aprendizajes físico-deportivos? Son dos preguntas que no atienden por igual a los intereses y desarrollo motor del niño-a. Además, el aprendizaje intuitivo y espontáneo no es un fenómeno que guarde relación con la edad, es simplemente un proceso típico de la situación de principiante.

4) Los aprendizajes iniciales defectuosos conducen a vicios incorregibles. Utilizar como modelo la forma adulta de una habilidad como norma para comparar los primeros intentos supone inevitablemente que haya muchas críticas negativas a los ensayos del niño-a. En lugar de recompensarle por sus esfuerzos y buena voluntad, se le castiga por sus incorrecciones de manera injusta. La consecuencia es que el niño-a muestra aversión hacia la actividad y hacia el adulto que le corrige o estimula de manera errónea. Las habilidades se desarrollan lentamente por etapas, pasando de una forma primitiva por diferentes fases hasta llegar a una forma muy hábil, de esta forma, la observación del adulto debe realizarse sobre la adecuada evolución de los patrones motores básicos.

5) La práctica deportiva es educativa y saludable por sí misma. La actividad física-deportiva sólo es educativa cuando el/la técnico/a educador/a, el entorno del joven deportista y el propio deportista en edad escolar lo utilizan como objeto y medio de educación, cuando lo integran con método y orden en un programa coherente, cuando la actividad práctica y la reflexión de lo que se está realizando lo convierten en una acción optimizante. De igual forma, la práctica deportiva no siempre es saludable, en algunos casos puede ser muy perjudicial. Algunos-as técnicos-as educadores-as deportivos, guiados por una bienintencionada voluntad de contribuir a la expansión y difusión de alguna práctica deportiva, dirigen equipos de niños-as sometiéndoles, generalmente por desconocimiento, a sesiones físicas inadecuadas o contra-productivas. A esto habría que añadir los efectos provocados por los excesos y secuelas del deporte de élite o alta competición, que tantos estragos ha generado en la salud de muchos jóvenes deportistas. Pocos expertos se atreverían a decir que este tipo de deporte es saludable o beneficioso.

Los programas para la iniciación física-deportiva proponen una serie de directrices didácticas que orientan a padres, madres y técnicos-as educadores-as deportivos hacia:

- Evitar una especialización temprana.
- Desarrollar habilidades transferibles a diferentes actividades físico-deportivas.
- Partir de la estructura o lógica interna de cada práctica físico-deportiva.
- Adaptar las propuestas a las posibilidades del niño/a.
- Convertir en significativas y relevantes las actividades de práctica y enseñanza.
- Realizar actividades motivantes en conexión con los intereses del niño/a.



Para ello, padres, madres y técnicos-as educadores-as deportivos deben concebir la práctica físico-deportiva como un sistema de relaciones y focalizar la atención en el proceso y el esfuerzo realizado para ello, resulta indispensable conectar la práctica deportiva con el mundo del niño-a, ya que la idea es que le acompañes a jugar y no que le obligues a ganar ¿Cómo?:

- **Potenciando lo lúdico**
¡¡¡Vamos a jugar a...!!!
- **Favoreciendo el contacto con la realidad global**
¡¡¡Quién es capaz de...!!!
- **Despertando la imaginación**
¡¡¡Quién lo haría de otra manera!!!
- **Centrándose en el proceso y actitud**
¿¿Te has divertido??
- **Restando tensión o preocupación**
¡¡¡La próxima vez saldrá mejor!!!
- **Motivando y desarrollando afición**
¡¡¡Qué bien lo hemos pasado!!!



Con todo ello, durante la pasada edición de la liga educativa de promoción del multideporte, hemos intentado transmitir a padres y/o madres la importancia de su papel en la práctica deportiva de sus hijos-as desde un punto de vista positivo, pues el deporte es una herramienta, no sólo para la salud sino también para establecer una óptima relación entre los diferentes miembros de la familia.

Razones de muchísimo peso para no descuidar la práctica deportiva de sus hijos-as pues vivimos en una sociedad donde casi todo lo nuevo, fundamentalmente lo tecnológico, se realiza acompañado de un tremendo sedentarismo, resultando esencial que padres y/o madres, junto con estos avances, sepan transmitir a jóvenes de edad escolar la importancia que entraña la actividad física-deportiva.

La actividad física y el deporte, bien planificado y estructurado, enseñan que para conseguir una meta hay que recorrer un camino. Pero en la mayoría de las ocasiones, lo que padres y/o madres deben enseñar es a disfrutar del propio camino o proceso, es decir, del aprendizaje y de las relaciones, acompañando y motivando a sus hijos-as en sus diferentes experiencias y sueños. La práctica deportiva no sólo enseña el valor del esfuerzo sino que la recompensa no siempre es inmediata, la cooperación, el éxito y las caídas... La vida.

En este sentido, padres y/o madres tienen la oportunidad única de acompañar a sus hijos-as y compartir ilusiones, objetivos, inquietudes, sueños, etc., pues la práctica deportiva es una maravillosa forma de madurar. Enseñando que los objetivos se pueden alcanzar de una manera limpia, con respeto a los demás e incluso aprendiendo de los rivales; pero para que esto ocurra, padres y/o madres deberán dar ejemplo con aquello que dicen y aquello que hacen.

Nos gustará, más que nada en el mundo, que nuestros-as pequeños-as ganen y sean los-as mejores, pero no debemos descuidar nunca a la persona, su estado de ánimo, sus emociones, sus motivaciones...

Pocas veces se pregunta: ¿Cómo estas? ¿Cómo te lo has pasado?; porque muchas veces la pregunta más importante es: ¿Has ganado? ¿En qué puesto has quedado? Sin darnos cuenta que cuanto más orientada esté la práctica deportiva al disfrute, menos abandono tendremos y, sobre todo, menos frustración.

Esto quiere decir que hay que saber gestionar la adversidad, hay que saber transmitir los valores y mensajes adecuados para nuestros hijos-as deportistas en edad escolar... Porque lo único que esperan es que les acompañes a jugar y no le obligues a ganar.

Encuentros Educativos de Promoción de la Natación

“Jugando a la Natación”, novedad en esta edición

A imagen y semejanza de las iniciativas desarrolladas por la Diputación de Almería en esta última década para el fomento de la práctica del atletismo entre los niños y jóvenes, a través de la modalidad “Jugando al Atletismo”, impulsada por la Real Federación Española de Atletismo, la edición 2014/15 de los Juegos Deportivos Provinciales ha incluido como novedad los Encuentros Educativos “Jugando a la Natación” orientados a complementar la oferta que, gracias a la construcción y gestión de nuevas piscinas cubiertas, se está desarrollando en numerosos municipios de la provincia en torno a la iniciación y tecnificación de la natación, ya sea como recurso utilitario, alternativa recreativa o aproximación al rendimiento deportivo.

Es constatable el incremento de niños y niñas que, a lo largo y ancho de la geografía provincial, ya pueden realizar cursos de natación durante todo el año, no solo en el periodo estival como permitían las instalaciones disponibles y, en consecuencia, ha aumentado la base de potenciales deportistas de esta modalidad que, como refuerzo para su fidelización, pueden participar en actividades de formatos abiertos y adaptables a diferentes situaciones y habilidades, fáciles de practicar tanto en unidades didácticas, si el centro escolar tiene acceso a este tipo de instalación (casos ya existen de acuerdo de uso en horario escolar para la impartición de la Educación Física en instalaciones municipales concesionadas) o en entrenamientos sencillos sin demasiada exigencia técnica ni domino de los diferentes estilos.

Este modelo alternativo asocia la práctica de la natación y la competición; pruebas atractivas y con

una duración corta que fomenten su valor educativo y recreativo, contribuyendo además a crear hábitos saludables para la mejora de la salud como actuación de la vía de la promoción deportiva en la que se incluye. En él pueden encontrar su espacio niños y niñas que, sin tener como prioridad la lucha contra el crono en su dimensión más competitiva, puedan disfrutar de poner en práctica de forma amena y estimulante sus habilidades adquiridas para su adaptación al medio acuático y sus progresos deportivos como vehículo de diversión.

Las excelentes instalaciones del Club Natación Almería fueron sede de esta primera experiencia en la que más de un centenar de jóvenes nadadores provenientes de los municipios de Adra, Almería, Huércal Overa, Pulpí y Sorbas, bajo la coordinación técnica de la Delegación Provincial de la Federación Andaluza de Natación pusieron en práctica lo aprendido durante esta temporada y pudieron disfrutar de una emocionante y distendida jornada de convivencia deportiva, no exenta de un encomiable espíritu de esfuerzo y superación.

Si 'Jugando al Atletismo' nació para ofrecer a niños y jóvenes una forma renovada, acorde con nuestros tiempos, para movilizarlos y atraerlos hacia el atletismo promoviendo un cambio en el concepto de las actividades atléticas de los niños; 'Jugando a la Natación', y propuestas similares adaptadas para otras disciplinas deportivas, pueden cumplir el mismo papel y llegar a configurar un interesante modelo de iniciación y promoción deportiva en edad escolar que sirva para hacer más cómodo, entretenido y accesible el tránsito entre las diferentes vías de práctica de las diferentes modalidades en cuestión.

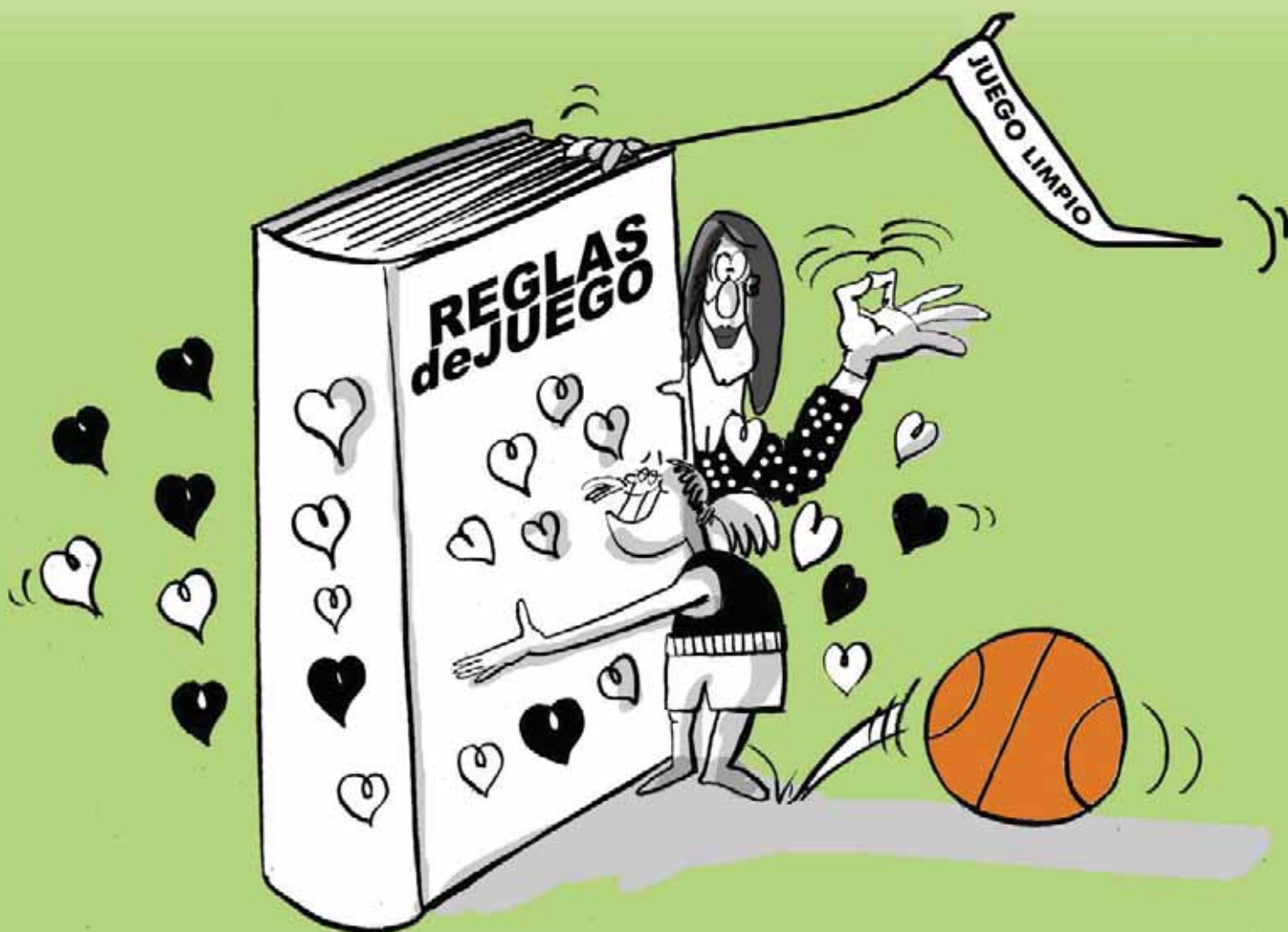


DEPORTE **ALMERÍA,
JUEGA
LIMPIO** EDUCACIÓN
SALUD

CONCURSO DE RELATOS

"Almería Juega Limpio: ¡Aplicate el cuento!"

2015



DIPUTACIÓN
DE ALMERÍA

Por un Deporte Educativo,
Saludable y Divertido.

DEPORTE **JUEGOS
DEPORTIVOS
PROVINCIALES** EDUCACIÓN
SALUD



ALMUDENA CID, la que fuera “reina” de los Juegos Mediterráneos Almería 2005 y actualmente dedicada a la literatura infantil, amadrinó la entrega de los premios del Concurso de Relatos Almería Juega Limpio “¡Aplicate el Cuento!” 2015



Concurso de relatos: ¡Aplicáte el Cuento!

La ex-gimnasta Almudena Cid participó en el acto de entrega de premios

La Delegación de Deporte y Juventud de la Diputación de Almería clausuró la actividad divulgativa “Almería Juega Limpio: ¡Aplicáte el cuento!” con la entrega de los premios a los escolares que han resultado ganadores, en un acto contó con la participación de la diputada provincial de Deportes, Ángeles Martínez, y la que fuera gimnasta internacional Almudena Cid.

Esta iniciativa, que cumplía su segunda edición, tiene como principal objetivo impulsar los valores positivos del deporte haciendo partícipe a la comunidad educativa de la provincia de Almería del desarrollo de esta labor.

De esta forma, se invitó a los escolares, tanto de Primaria como de Secundaria, a que realizaran relatos en los que quedaran reflejados estos valores.

En Primaria participaron un total de 133 alumnos y de nueve centros educativos. En cuanto a los contenidos de los trabajos, la mayoría estaban relacionados con el decálogo de “Almería Juega Limpio”, destacando temáticas como la discapacidad, igualdad de género, racismo y respeto a las reglas de juego.

En las tramas se recogen problemas relacionados con la economía familiar, desempleo o falta de recursos económicos para realizar operaciones médicas o desahucios, entre otros.

En Secundaria la participación llegó hasta los 185 alumnos de diez centros escolares. Los protagonistas de estos cuentos son chicos y chicas de su edad, desarrollándose las historias en su entorno familiar, escolar y en los clubes y equipos en los que participan de forma habitual.

También hay bastantes relatos que utilizan la figura literaria de la personificación, siendo los protagonistas pelotas de tenis, bicicletas, animales o antorchas.

Almudena Cid vuelve a Almería

La deportista Almudena Cid participó en la entrega de los premios “¡Aplicáte el cuento!” y recordó a los presentes que “los Juegos Mediterráneos celebrados en Almería los siento como si hubieran sido ayer, para mí fue como un punto de inflexión en mi carrera porque quería demostrar mi madurez como gimnasta”.

La vitoriana confesó estar “feliz” de regresar a Almería. “Han pasado 10 años y recuerdo casi como si fuera ayer ese momento en los Juegos del Mediterráneo donde subía a lo más alto del podium”.

“Lo más importante de aquel momento no fue ganar para mí. Fue saber que estaba buscando una nueva ilusión y un nuevo objetivo en mi vida que era continuar en este deporte. Venía de hacer tres Juegos Olímpicos y fue el momento en el que pensé que aún tenía cosas que ofrecer”, ya que “lo normal hubiera sido dejarlo después de subir al podio”, aseguró.

Desde su retirada, Almudena Cid se ha centrado en la publicación de una colección de cuentos infantiles protagonizados por una gimnasta, Olympia. “Siempre me pedían una biografía y siempre he huido de ello”.



“Pienso que cuando uno escribe una biografía es para ofrecer algo a las que empiezan, para que vean cómo ha sido tu vida y darle los motivos por los que crees que para ti ha sido importante aquello a lo que te has dedicado. Para que llegara a las niñas, y también a los niños, que también los hay haciendo rítmica, la mejor manera era unos cuentos”.

Almudena recuerda que creció “con un dibujo animado, Valentina, que hacía piruetas, y que eran los únicos dibujos de gimnasia rítmica, y me dije que si algún día era referente para las niñas, tenía que ser con algo parecido. Así nació Olympia”.

Dirigiéndose a los chicos y chicas premiados en el Concurso de cuentos, la ex-gimnasta concluyó: “Al final, ahora estoy haciendo lo que habéis hecho vosotros: plasmar ideas o la visión que podemos tener a cerca del deporte. Me resultó relativamente fácil el inicio porque la base de todo lo que yo estoy escribiendo no deja de ser mi vida y el hilo conductor es mi vida. Pero me apetecía que el personaje de Olympia tuviese diferentes aventuras y que pudiese pasar por situaciones que no directamente pasó ella pero que las vivió muy de cerca. El deporte nos crea una base y unos cimientos que luego son importantísimos para poderlos aplicar en nuestro día a día”.



DISTINCIÓN A CENTROS PARTICIPANTES

EDUCACIÓN PRIMARIA	EDUCACIÓN SECUNDARIA
CEIP LA VENTA DEL VISO, La Mojonera	IES AZAHAR, Antas

PREMIADOS EDUCACIÓN PRIMARIA

CUENTO DE ORO	CUENTOS DE BRONCE
<p>“PARCHILANDIA” Celia Martínez Liria. Olula del Río</p>	<p>“TRINA Y SU AMIGO YAMAL” Juan Gabriel Aguilera Pérez. Balanegra “JUEGA LIMPIO AUNQUE PIERDAS” Amanda Martín Sánchez. Balanegra “JUGANDO CON EL SOL” Laura Flores Fernández. Antas “LA CARRERA” Carmen Soler Mora. Antas “LA MEJOR ELECCIÓN” Manuel Martínez Egea. Olula del Río</p>
CUENTO DE PLATA	
<p>“LAS SALTACOMBAS” Sonia Simón Haro. Antas</p>	

PREMIADOS EDUCACIÓN SECUNDARIA

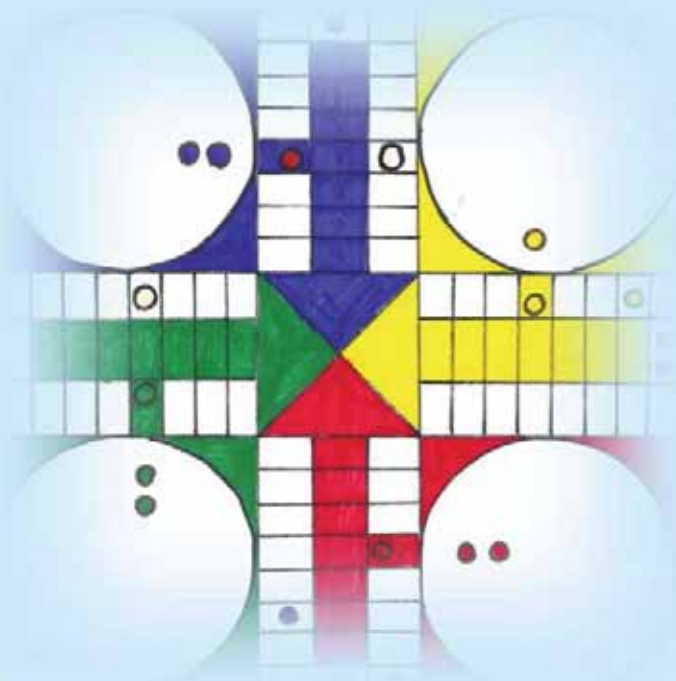
CUENTO DE ORO	CUENTOS DE BRONCE
<p>“UNA CARRERA BAJO EL MAR” Fátima Charchaoui Yallichí. Balanegra</p>	<p>“EL ESFUERZO SIEMPRE TIENE RECOMPENSA” Ángela Martín Pérez. Antas “EL GRAN PARTIDO” Gema Mª Rodríguez Rodríguez. La Mojonera “LA PELOTA DE ERIKA” Hafsa Amghar Ziani. La Mojonera “JUEGA LIMPIO” Emma Camacho Martínez. Tabernas “LOCA POR EL FÚTBOL” Yousra Marzouq. Lubrín</p>
CUENTO DE PLATA	
<p>“ACCESO VETADO” Ana Soler Reche. Pulpí</p>	



Este cuento se fundamenta en:

- Valores de la amistad
- Para saber perder o ganar, lo importante es disfrutar de las actividades y no dar tanta importancia al resultado.

Hace mucho tiempo, había un país llamado Parchilandia. Era pequeño y todas sus calles tenían un colorido especial y único:



- La calle "Bluzul" representaba el azul del agua.
- La calle "Green" representa al aire.
- La calle "Redd" representaba al fuego.
- La calle "Yeloww" representaba a la tierra.

Un día sucedió un problema, cada calle se creía superior a las demás.

Las fichas azules decían:

- *¡Esta es la mejor calle del país! ¡El agua es esencial para la vida y el componente principal de nuestros cuerpos y de la misma tierra!*
- *¡De eso nada! ¡Sin el aire no se podría respirar y no existiría la vida!* -Decían las fichas verdes.
- *¿Perdona? ¡Sin este sol y esta luz, no tendríamos la luz suficiente para la vida!* -Exclamaban las fichas rojas.
- *¿Qué decís? ¡La tierra es el elemento principal y único para la existencia del mundo entero!* -Gritaban las fichas amarillas.

Sus peleas eran cada vez más fuertes, hasta el punto en el que ninguna ficha podía salir de sus casas. Todas estaban deprimidas, no querían salir de sus hogares para no compartir su don.

Una noche, mientras dormían todas las fichas del país, los dados de cada calle se reunieron en la plaza "Parch" para hablar del gran conflicto que habían causando las fichas por su egoísmo y competencia. ¡Estaban acabando con el mundo y no se daban cuenta!

- *¡Tenemos que hacer algo para que este conflicto termine! ¡Porque su superioridad y orgullo acabarán con el planeta!* -Dijo el mayor de los dados.
- *¡Sí!* -Respondieron todos- *Será lo mejor.*
- *¿Qué ideas tenéis?* -Preguntó el dado mayor.
- *Yo tengo una: ¿Y si las reunimos a todas para hablarlo?* -Propuso uno.
- *¿No! ¡Seguro que se negarán! ¡Su orgullo no se lo permitirá!* -Exclamaron todos.
- *Bueno, bueno... ¡Vaya problemón! ¿Habrá solución?*

Éstos debatieron durante noches y noches cómo resolver el problema de una vez para siempre, hasta que, finalmente, hicieron un comunicado oficial:

- *Creemos que el que todas las fichas de una calle sean iguales, hace que los demás actúen como si estuvieran comparando los tipos de fichas para ver cuál es mejor. Y, como sabemos que todas son importantes y no deben compararse, a partir de ahora todas deberán mezclarse en un juego.*

Aquella decisión levantó un revuelo increíble entre todas, ya que ninguna quería pisar el territorio de las otras.

El juego consistía en que una ficha salía de su casa, cuando el dado tuviera el número cinco. Una vez que saliera, la ficha recorrería tantas casillas como indicara el dado. Ésta tendría que recorrer todas las calles, pero teniendo mucho cuidado porque una ficha contraria podría llegar a la misma casilla donde estaba la otra, comerse a la primera y hacer que empezara de nuevo. Por lo tanto, tendría que tener cuidado. Pero si la ficha pasaba por todo eso, ganaría si llegaba al centro de la plaza “Parch”, porque sería la meta.

A las fichas les pareció bien el juego, aunque... seguían con el revuelo de antes. Decidieron protestar ante eso pero, al momento, los dados enviaron cartas a todos los rincones del mundo para asistir al gran juego de parchís. ¡Ya no podían echarse atrás!

El juego se iba a celebrar el 23 de marzo. ¡Quedaba una semana! Todas las fichas querían ganar. Se entrenaban como locas, seguían diciendo lo perfectas que eran y que ellas ganarían. Mientras, los dados seguían preocupados. Poco a poco, acababan con el mundo por una competición absurda entre ellas. No sabían qué hacer, esperaban que el juego del parchís les aclarara las cosas.

¡Faltaban pocos días! Cada calle llevaba dibujada en la mejilla unas rayas de su color.

- La calle “Bluzul” → azules
- La calle “Green” → verde
- La calle “Redd” → rojas
- La calle “Yeloww” → amarillas

Todas querían ganar, no perdían las fuerzas nunca, querían superar a las demás calles y demostrarle al mundo entero que ese equipo era el mejor de todos. Se insultaban para que los equipos contrarios se debilitaran, pero... ¡Nadie lo conseguía! ¡Todas se tomaron el juego muy a pecho!

Y... ¡illegó el día!! Asistieron los habitantes de:

- Ajedrezlina (Ajedrez)
- Bingolina (Bingo)
- Tres Rayanos (Tres en raya)
- Oquera (Oca en oca)
- Pimponer (Pimpón)
- ¡Y muchos más!

Empezó con un sordo y fuerte aplauso. Los dados empezaron a moverse dentro de su cubilete agitados por 4 niñas humanas llamadas: Marina, Laura, Verónica y María.

Marina, tiró el primer dado y una ficha azul salió de su casa hacia su calle. Laura, tiró el segundo dado y salió una ficha amarilla haciendo lo mismo que la ficha azul. A continuación, salieron una ficha roja y otra verde manejadas por Verónica y María.

Estuvieron así unos minutos hasta que... ¡Cada ficha iba a pasar a una calle del equipo contrario! ¿Qué pasaría? Cada vez que pasaban casillas de cada calle, se fueron olvidando de su rivalidad y egoísmo, pero seguían compitiendo por el primer puesto. Se hacían trampas, se comían unas a otras y tenían que volver a empezar...

- ¡Vaya juego más divertido! -Se decían los espectadores- ¿Quién ganará?

Tiempo después ¡todas las fichas estaban en la última casilla para llegar a la meta! ¡Qué emoción! Pero, en ese momento... se miraron a los ojos fijamente y se dieron cuenta de que existía un quinto elemento, la amistad. Un elemento único en el que se involucra diversos sentimientos como: el amor, el respeto, el consuelo y la compañía.

Ya no les importaba quién ganaría la partida. Lo más importante era participar, no ganar. Desde ese momento, el mundo volvió a brillar con intensidad. Y el juego del “parchís”, se convirtió en el juego de moda más divertido.

FIN

Este cuento lo he hecho sobre el “parchís” porque es un juego muy divertido para hacerlo entre amigos. En este, he identificado los cuatro colores con los cuatro elementos, que son: aire, tierra, agua y fuego.

Entre estos, se produce otro elemento, la amistad, fundamental para nuestras vidas y la convivencia de todas las personas del mundo.



Marta y Julia son las Saltacombas.

Todos las llaman así porque van siempre juntas saltando a la comba. Pero a punto estuvieron de dejar de ser tan amigas. Un día, volviendo del cole, vieron había un cartel que decía: "GRAN CAMPEONATO MUNICIPAL DE COMBA". Y luego, con letra más pequeña, explicaba que habría dos premios: a la originalidad y a la resistencia.

- *¿Qué es resistencia?* -preguntó Marta.
- *¿Qué es original?* -preguntó Julia.

Julia fue a su casa y le preguntó a su padre qué era resistencia. Leyó el papel y le dijo: "*Es un campeonato en el que gana el que más tiempo aguante saltando*". El papá de Julia le dijo que le haría un plan de entrenamiento para que fuera la mejor, la que más resistiera para ganar.

Al día siguiente, en el patio, Julia cogió su comba y empezó a dar saltos. Marta se acercó para saltar con ella pero Julia le dijo que no, que mejor entrenaban por separado.

- *Dice papá que el campeonato hay que ganarlo y que, si entreno más que tú, quedaré la primera.* -dijo Julia.

Marta no entendía lo que quería decir. Al final se separaron y siguieron dando vueltas por el patio en dirección contraria. En la hora de comedor, Marta le preguntó a la profesora qué quería decir originalidad. "*Pues algo es original cuando nadie más lo hace*". Marta fue hasta la mesa donde comía Julia y le dejó una nota: «Ya sé qué es original. Ya sé cómo vamos a ganar el campeonato».

De camino a casa Marta le contó a Julia qué significaba originalidad y le explicó su plan.

- *Seguro que nadie sabe saltar en pareja con una cuerda.*
- *Julia dijo: pero no puede enterarse nadie.*
- *¿Por qué? ¿Por si nos copian?*
- *No. Porque si mi padre se entera se enfadará, que dice que tengo que quedar la primera.*

Julia y Marta estuvieron practicando a escondidas. Ya llegó el día del campeonato. Julia y Marta se sentaron en las gradas, separadas, a esperar su turno.

- *Ya sabes* -le dijo su padre a Julia- *tienes que aguantar más que ninguno.*
- *Sí, papá* -contestó Julia sin mirar.

Los jueces dijeron uno a uno los nombres de todos los participantes y saltaron a la pista con sus combas en la mano. Julia y Marta se pusieron juntas, sacaron la comba larga y así, cogiendo una de cada lado, empezaron a saltar por la pista. Poco a poco se fueron eliminando concursantes hasta que solo quedaron en la pista un niño muy alto, una niña muy bajita y ellas dos.

Pero entonces Marta tropezó con la cuerda y se cayó, arrastrando a Julia con ella. La niña bajita dejó de saltar y les ayudó a levantarse. Un juez se acercó entonces a las niñas y les pidió que se sentasen, que iba a empezar la entrega de trofeos.

- *Primer premio a la resistencia* -dijo el juez- *a Pedro Saltón.*

Y todo el público se puso en pie para aplaudir al niño alto, menos el papá de Julia.

- *Primer premio a la originalidad* -dijo el juez- *para Julia y Marta Saltacombas.*

Y todo el público se puso en pie para aplaudir. Ellas no se lo podían creer, daban saltos y se abrazaban todo el rato. Después el juez dijo:

- *Y premio especial del jurado al compañerismo y el espíritu deportivo para Laura Combera.*

Y todos se pusieron en pie para aplaudir a la niña bajita. Todos, hasta el padre de Julia, que aprendió que lo más importante no es ganar, sino participar y divertirse.

TRINA Y SU AMIGO YAMAL

Juan Gabriel Aguilera Pérez

Cuento de Bronce - Educación Primaria



mi amiga Trina ganó una maratón que organizan todos los años en su pueblo.

Para ella fue especial porque, desde entonces, cambió su vida por completo.

Ella va en silla de ruedas y eso llamó mucho la atención a gente importante de todo el país que se dedica al deporte. Desde entonces la llaman de muchos pueblos, ciudades y también de otros países.

Esta conociendo mucha gente de todas las culturas, ideales y religiones. Dice que todas son muy interesantes, pero la que más le impresiona y le gusta es la historia de Yamal.

Yamal es un niño que conoció en unos de sus viajes. Le contó que él y su familia eran muy pobres. Vivían en un país que siempre estaba en guerra y a la mayoría de sus habitantes les faltaban un brazo, una pierna o alguna parte de su cuerpo por culpa de las minas antipersonas.

A Yamal le faltaba un brazo y los dedos de la otra mano, pero eso no le impedía soñar con jugar al fútbol y ser un gran deportista.

Un día, su padre junto con toda su familia decidió emigrar a un país donde hubiera paz y todo el mundo tuviera oportunidades, no pasaran hambre y se pudieran cumplir los sueños de los niños.

Cuando llegó al nuevo país empezó a ir a la escuela. Al principio lo rechazaban y no le dejaban que participara en los deportes y se reían de él, pero él no se rendía: hacía las tareas del colegio con los pies y hasta dibujaba mejor que todos los niños de su clase.

Cuando los demás niños descubrieron lo inteligente que era empezaron a dejarlo que se integrara, que jugara a todos los deportes y todos se fueron haciendo amigos de él.

Era muy rápido y tan hábil con el balón que hasta el entrenador se quedó asombrado. También era muy amable, nunca hacía trampas y siempre estaba de buen humor.

Lo hicieron del equipo y, gracias a él, fueron ganando todos los campeonatos en los que participaron. Quedaron campeones de la liga juvenil y viajaban por todos lados participando en torneos y ganando siempre.

Como le gustaba tanto gastar bromas, a veces, cuando llegaban a algún sitio a jugar, se hacía el tonto y el acoquinado. Pero cuando el equipo contrario se confiaba, él empezaba a correr como las balas y a lanzar balones a portería como un crack y, si encima marcaba un gol, les sacaba la lengua.

Todos sus compañeros estaban arrepentidos de haberse reído en algún momento de él por sus defectos y todos le pidieron perdón porque, aunque todavía es pequeño, ya ha sufrido mucho y sabe apreciar las cosas de la vida mejor que los que tienen todo.

Es respetuoso, tiene mucho sentido del humor y es muy bromista. Es agradable, educado, curioso, muy buena persona y un gran participante en el juego y en la vida.

Yamal dice que nunca hay que rendirse, ni venirse abajo cuando te insulten o se rían de ti, al contrario, hay que seguir luchando y no solo no rendirse si no intentar que los que se ríen y hacen trampas o se consideren mejores, que comprendan que aunque nos falten las manos, los pies, la vista o tengamos cualquier defecto, mientras tengamos un cerebro y una buena educación, llegaremos tan lejos como nuestros sueños nos lleven.

Y los que hagan trampas nunca llegaran a nada en la vida ni en el deporte.



En la ciudad de Málaga vivía Pablo, un niño que estaba en 5º de primaria y tenía 10 años. Pablo era un niño inteligente, cariñoso, obediente y un poco tímido.

Sus hobbies era jugar con sus amigos, montar en bici, sacara a pasear a su perra... Pero lo que más le gustaba, y que destacaba por encima de los demás, era leer. Leía todo tipo de lecturas, aunque lo que más leía era su colección de cuentos.

De vez en cuando, sus amigos y él los intercambiaban. Tenía todos esos cuentos gracias a regalos y a que había ido comprando él de sus ahorros.

También jugaba al fútbol por deseo de su padre pero, como no le gustaba, lo hacía mal y, como el entrenador lo tenía de suplente, jugaba poco. Su padre siempre lo animaba para que jugase al fútbol, porque era superaficionado.

Un día, mientras jugaba con sus amigos en el parque de Málaga, le dijo su madre que e iban a mudar a Almería el mes siguiente. Para él fue una gran sorpresa.

- *Mamá ¿Por qué nos vamos?* -preguntó Pablo.
- *Porque el jefe de la oficina de tu padre lo ha destinado a Almería.* -Dijo su madre.

Entonces, se fue a su habitación muy triste y rápidamente llamó a su amigo Alex para contarle la noticia. Alex, al escuchar lo que decía su amigo, quedó muy sorprendido y triste. Pensó que una buena manera de despedirse de él podía ser con un regalo, así que fue a comprarle un cuento.

Cuando llegó, vio con el rabillo del ojo dos libros que costaban 5 € que tenían dentro 8 cuentos. Así que cogió esos dos libros y los compró. Alex pensó que no les había dicho cuándo se iba y fue a su casa para preguntarle la fecha. Éste le dijo que el mes siguiente.

Alex se puso muy triste y lloró viendo como la madre de Pablo iba recogiendo cosas; Pablo y Alex jugaron.

Los compañeros de su clase le hicieron una fiesta de despedida. Él lloró. Varios niños le habían comprado regalos, pero el que más le gustó fue el de su buen amigo Alex.

Al día siguiente, cuando llegó la hora de irse, cogió su colección de cuentos y los libros que le compró su amigo Alex para leerlos en el camino.

Al llegar a Almería lo primero que le dijo su padre fue:

- *¿Te apunto aquí en un equipo de fútbol?*
- *Sí.* -Mintió Pablo para complacer a su padre.

Pronto empezaba el colegio y Pablo estaba triste por no estar con sus amigos de Málaga. El primer día de colegio llegó un niño llamado Paco que se presentó muy educadamente. Paco y Pablo se hicieron tan amigos que había quedado por la tarde a jugar a casa de Pablo. Y Paco fue a su casa. Allí jugaron a las peonzas.

Más tarde, ese día por la tarde, tocaba entrenamiento de fútbol. Pablo se puso la ropa de entrenar y se fue al campo. Allí, mientras calentaba, vio que apareció Paco y Pablo se enteró de que él estaba en el equipo. Se llevaron una muy buena sorpresa que, a los dos, les gustó mucho. Pero cuando el entrenador vio lo mal que jugaba Pablo, decidió no ponerlo a jugar en ningún partido importante.

Pasó el tiempo, Paco y Pablo se hacían cada vez más amigos. Pablo llevaba ya casi dos meses en Almería. En los partidos de su equipo no jugaba casi nada porque sus compañeros jugaban mejor. No era titular, así que solo iba a estar ahí sentado viendo a su amigo Paco y a los demás. Pero, a pesar de que no jugaba, su padre le enseñaba la importancia de ganar como fuera, hasta cometiendo faltas sin que el árbitro lo viese, y Pablo recordaba siempre lo que le decía su padre en Málaga, aunque nunca hizo caso.

Llegó la final de un torneo que se celebraba cada año en noviembre. Iban empatando 3-3. Cuando faltaban 10 minutos, un delantero se lesionó, estaba muy mal y, cómo el único jugador para sustituir era Pablo, lo pusieron a jugar.

Faltando 2 minutos para el final del partido, Pablo remató un balón y marcó con la mano, recordando lo que decía su padre, que ganase como fuera. El árbitro no se dio cuenta y pitó gol. El equipo contrario protestó, pero el gol subió al marcador. Aunque Pablo había hecho lo que su padre quería, se sentía mal. Paco le dijo:

- *Ya no quiero ser más tu amigo.*
- *¿Por qué?* -Dijo Pablo.
- *Porque he visto cómo empujaste el balón con la mano para marcar gol.*

Los demás jugadores de su equipo festejaron el triunfo, sin saber que Pablo había hecho trampa. De vuelta a casa, ya en el coche, Pablo le dijo a su padre:

- *Papá, hemos ganado pero no estoy contento.*

El padre, sorprendido, le dijo a su hijo:

- *¿Por qué? Hijo, has sido el héroe de la final. Has marcado el gol del triunfo.*
- *Pero es que he hecho trampa. He marcado el gol con la mano.*
- *Ya lo he visto, yo estaba cerca de la jugada. Pero no importa, hemos ganado. Por suerte, el árbitro no lo vio.*
- *Pero no he jugado limpio. No es justo ganar de esa forma.*

Llegaron a casa y Pablo seguía triste por eso. Esa noche ni siquiera pudo dormir pensando en el tema. Al día siguiente, como seguía triste, cuando vio a su amigo Paco le dijo cómo se sentía y, hablando los dos, acordaron decirle al árbitro la verdad de ese gol injusto. Éste, al escuchar eso, anuló la final.

Cuando volvió a su casa le contó a su padre lo que había hecho. Éste se enfadó mucho y le escondió su colección de cuentos como castigo.

Un día Pablo fue a leer un cuento de su colección pero vio que no estaban. Preguntó a su padre dónde estaban los cuentos y éste respondió que se los quitó como castigo. Pablo, enfadado, le dijo que él no quería ser futbolista, que quería ser escritor y que nunca lo comprendía. También que nunca más volvería a jugar al fútbol. La madre defendía a su hijo, pero el padre mantenía el castigo. Su mayor ilusión era que su hijo fuera futbolista.

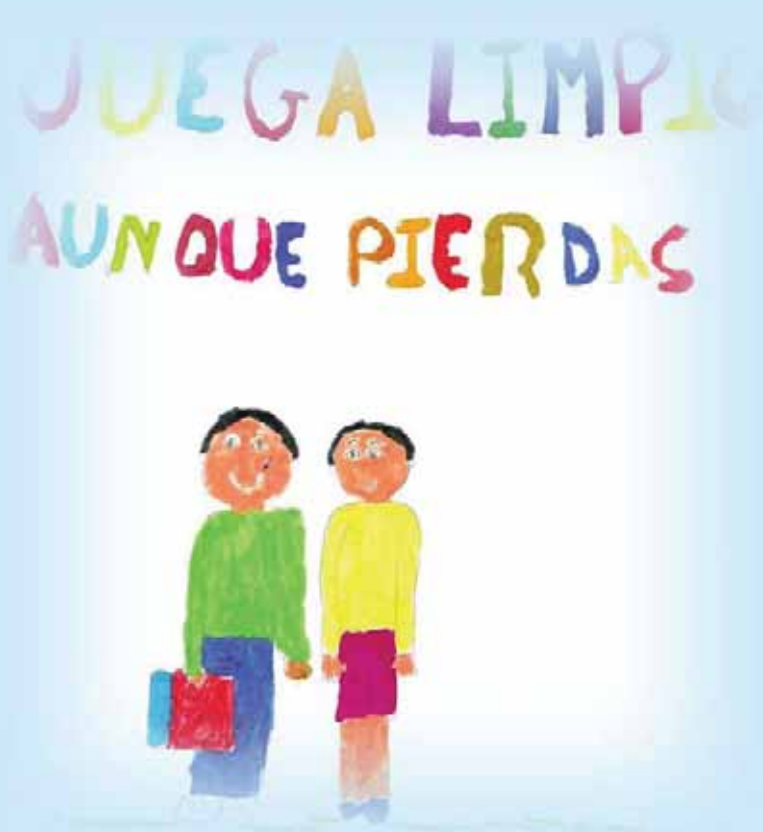
Pasaron los días y como cada año en diciembre se celebraba el concurso provincial de cuentos. Pablo se presentó con una fábula. El ganador ganaba un viaje a Disneyland para cuatro personas, una semana. Lo que no esperaba Pablo era que iba a ganar el concurso. Y lo ganó. Nada más conocer la noticia, Pablo fue a su casa diciéndolo, loco de contento.

Ahí fue donde el padre se dio cuenta de que lo que a su hijo le gustaba en realidad era la lectura y la escritura. Se acercó a Pablo, le pidió perdón, le dio su colección de cuentos y también le dio un fuerte abrazo:

- *Hijo, haz lo que más te guste en la vida y sé feliz.*

Llegaron las navidades, se fueron a Disneyland e invitaron a Paco, que era su mejor amigo.

Se lo pasaron genial.





rase una vez, allí, a lo lejos de la ciudad, existía un lugar que ningún humano conocía.

Era un bosque escondido entre unas montañas en el que había un riachuelo precioso, habitaban un montón de animalitos que les encantaba jugar. Casi siempre estaban jugando, eran felices y vivían en paz con los otros animales, ya que todos eran muy buenos amigos.

Un día del mes de mayo, todos los animales de ese bosque estaban jugando y disfrutando. El Sol estaba brillando como nunca antes había brillado; estaba muy contento de ver lo bien que se lo estaban pasando y lo felices que eran todos los animales juntos.

Pero a la vez el Sol también se sentía un poco triste porque quería jugar con ellos, ya que él nunca se había divertido. Siempre tenía que estar trabajando durante todo el día iluminando a toda la humanidad y durante la noche tenía que dormir para poder descansar bien y estar con energía al día siguiente, para seguir iluminando todo el planeta.

Entonces, los animales invitaron al Sol a jugar con ellos. El Sol estaba tan emocionado que bajó del cielo corriendo para jugar.

Cuando llegó al suelo, todos los animales salieron corriendo a esconderse ya que no podían soportar el calor que el Sol desprendía.

En ese instante, el Sol volvió al cielo triste ya que no pudo jugar con los animalitos. El Sol, de lo triste y decepcionado que estaba, decidió esconderse detrás de las nubes. Desde ese momento el cielo se quedó apagado, triste y oscuro.

El bosque no volvió a ser el mismo sin el señor Sol. Todos los animalitos estaban tristes y preocupados por él. Cuando, de repente, dice uno de los animalitos:

- *¿Y si jugamos con el Sol por la noche?*

A todos le pareció una idea estupenda y le preguntaron a él que qué le parecía la idea, porque los animalitos sabían que, aunque no lo viesen, él estaba ahí escuchándolos y mirándoles.

De repente se escucha una suave voz de fondo: era el señor Sol. Él dijo que era una idea fantástica. Todos estaban muy ilusionados ya que podrían jugar todos juntos por fin.

Ese día todos hicieron un gran esfuerzo y tuvieron que dormir durante el día para poder tener energía por la noche para jugar con su amigo el Sol.

Por fin llegó la noche, el momento que todos estaban esperando. Esa noche la recordarán toda su vida. El Sol pudo bajar del cielo con la tranquilidad de que ya no les iba a hacer daño a sus amigos los animalitos.

Todos se pasaron la noche felices, jugando y divirtiéndose como nunca se habían divertido. Fue una noche inolvidable.

Todos recordarán esa mágica noche para toda su vida. Y, desde aquel día, el Sol luce con una fuerza sobrehumana y el bosque será feliz para siempre.









Todos los sábados por la mañana, aprovechando que no hay colegio, María, Pedro y Alba quedan para jugar a tenis, pasear y hablar de sus cosas.

Aquella mañana, mientras recogían las raquetas y las pelotas, Pedro dijo con asombro:

- ¡Mirad! hay un cartel en el tablón de anuncios. ¿Vamos a ver qué dice?

Se acercaron y lo leyeron. El cartel decía:

"Gran Carrera Solidaria por la Paz en el mundo"

Fecha: domingo 15 de abril

Hora: a las 08:00 de la mañana

Lugar: en el Parque Grande

"Aplaudimos todos los esfuerzos, el buen juego y la deportividad"

A los tres les gustó mucho esa norma y la idea de participar en la carrera. Además de pasarlo bien, apoyarían una buena causa.

Durante la semana dedicaron todos los recreos a entrenar muy duro. Muchos niños y niñas del colegio se unieron a ellos y todos se inscribieron en la carrera.

La semana se hizo muy larga pero por fin llegó el gran día. María estaba muy nerviosa porque era la primera vez que participaba en una carrera y llegó muy temprano al parque.

Su maestro les había explicado que la victoria era la participación de muchos, muchos corredores... pero ella no podía evitar sentir cosquillitas en la barriga.

Poco a poco fueron llegando todos los corredores a la línea de salida. También asistió mucho público para animar a los participantes.

Antes de empezar, el organizador recordó por el altavoz que todos los participantes debían relacionarse con corrección y tolerancia, sin violencia y sin insultos.

A continuación, el juez dio la orden de salida agitando una bandera.

Los participantes se desplazaban velozmente porque todos querían llegar a la meta los primeros.

Pedro corría y corría sin mirar a nadie cuando, sin saber cómo, tropezó y cayó al suelo. María y Alba que iban detrás le ayudaron a levantarse y le animaron a continuar la carrera.

Poco a poco, los participantes fueron entrando en la línea de meta.

El público aplaudió la llegada de todos y especialmente al último grupo de corredores, en el que se encontraban ellos.

María, Pedro y Alba se sintieron ganadores porque aunque no habían llegado los primeros, habían cumplido todas las normas.

LA MEJOR ELECCIÓN

Manuel Martínez Egea

Cuento de Bronce - Educación Primaria



Este cuento trata de los hábitos saludables de vida que tenían nuestros abuelos y que es un ejemplo que debemos seguir. En "La mejor elección" aconsejan estos hábitos de una forma divertida a través de una pelota y un niño.

La pelota trata de convencer al niño de que se han olvidado del deporte para engancharse en los videojuegos, y lo hace contándole una historia en la que consigue que al final el niño se de cuenta, que jugar con otros niños a cualquier deporte es más satisfactorio que estar siempre enganchado a los videojuegos.

Anoche, estuve viendo con mi familia un programa de televisión dedicado a los ancianos que habían cumplido un centenario de años. Si, no estoy de broma: cien, ciento tres y ciento cinco eran las edades de las personas.

Yo me asombraba con la alegría que un anciano contaba historias de su juventud. Todos coincidían en una cosa: que habían trabajado mucho para sacar a sus familias adelante, habían comido siempre alimentos sanos que obtenían del campo y no bebían ni fumaban.

- ¡Claro, ese es el secreto! -dijo mi madre.
- ¿Qué secreto? -pregunté yo.
- Pues el secreto de la buena salud -contesto mamá- moverse, trabajar, comer sano y no tener adicciones nocivas para nuestro cuerpo.
- Sí pero eso de trabajar mucho -dije yo- sí trabajas mucho, estás cansado y no tienes fuerzas ¡No entiendo!
- Ay, hijo mío -contestó mi madre- ¿no has oído la frase "lo que no te mata te hace más fuerte"? Además, pienso que es más sano cansarse de trabajar que cansarse de estar descansado.
- ¡Pero qué dices! ¿Quieres que trabaje mucho para que me canse?
- No es eso realmente -empezó a reír mamá- lo que te quería decir es que es muy bueno moverse, hacer deporte, es lo que siempre aconsejan los médicos.

Cuando terminó el programa, me fui para la cama a descansar para el día siguiente. Estaba tan tranquilo y a punto de quedarme dormido cuando oí:

- ¡Hola! -Dijo una voz, para mí desconocida.

Corriendo encendí la luz y flipé. ¡Mi nueva pelota me estaba saludando! Estoy soñando o me ha sentado mal la cena. ¡Una pelota que habla!

De un salto, ¡puuum!, la pelota me dio en todas las narices y entonces ya hasta me cantaban todas las estrellas que veía a mi alrededor.

- ¡Esto sí que tiene narices! -me lamentaba a mí mismo sin entender qué estaba pasando.
- ¡Lo siento amigo! -volvió a hablar la pelota parlante- Era necesario para que te convanzas de que sí existo y estoy aquí contigo.
- Pero ¿es que hablas? -le dije- ¡Eso no es normal!
- ¿Qué no es normal? -respondió la pelota- ¡Ay sí yo te dijese lo que es normal y lo que no es normal! Y es que, ¡me da un coraje!
- ¿Coraje? ¿de qué? Si yo no te he hecho nada.
- Pues ese es el problema amiguito -respondió mi pelota parlante- que estoy cansada de que me tengas aquí en tu habitación como un adorno.
- Yo no imaginaba que las pelotas hablasen.
- ¿No? Mientras que hemos estado contentas, hemos estado calladitas, pero con lo que estamos viendo a nuestro alrededor, ¡ya no podemos callarnos más!
- ¿Qué es lo que veis?
- ¡Qué vemos, qué vemos! -respondía enfadada la pelota parlante- Vemos lo mismo que ven también nuestras amigas las bicicletas, los patines, las raquetas etc. Y es que, desde hace un tiempo hasta ahora, somos los grandes olvidados en los centros comerciales, hemos pasado a un segundo plano.
- ¡Segundo plano! -exclamé sin comprender a qué se refería.

- ¡Sí, segundo plano! -me siguió explicando la pelota- *El tiempo que he estado en el centro comercial a la espera de ser comprada. Mis amigos de la sección de deportes y yo estábamos olvidados mientras que a lo lejos, veíamos la sección de electrónica abarrotada y no sabéis que esas máquinas que compráis son enemigos silenciosos.*
- ¡Anda, yo no sabía que los niños tenemos enemigos en los centros comerciales!
- ¡Ay, pobre ignorante!
- ¿Y quiénes son esos enemigos silenciosos, pelotita graciosa? -le pregunté, tomándome a guasa lo que me decía
- No, amiguito, no te lo voy a decir. Tú lo vas a saber cuando te cuente la siguiente historia
- ¡Vaya con mi pelotita! -le dije bromeando- ¡Qué también me va a contar un cuento!
- Para nada son cuentos, es una historia real que le pasó a un niño que conocí hace un tiempo.
- Pensaba que yo era el primer niño que te ha tenido.
- ¡Listillo! -me respondió- ¿Aún no has oído hablar del reciclaje? Yo antes fui otra pelota, una pelota con más amigos y más feliz qué ahora. En fin, te voy a contar esta historia:

Carlos era un niño bonachón. No era mal chico pero, a veces, un poquito vago a la hora de hacer deporte. Eso no era lo que más le gustaba. En sus ratos libres, le encantaba jugar a los videojuegos y para eso era buenísimo. Un día de primavera, en una excursión que hizo con sus primos al campo, se dio cuenta de algo.

- Ahora echamos un partido -dijo su primo Julio- ¡Venga Carlos, ánimo!

Carlos se hacía un poco el sordo, pues sabía que no era muy bueno jugando al fútbol, mientras que sus primos jugaban muy bien.

- Carlos, ¿qué haces? Parece que estás en otro mundo -dijo su primo Alberto- Te veo triste.
- Es que vosotros sois buenísimos jugando y creo que yo voy a ser un problema.
- ¡Eso no importa, no te preocupes! Lo importante es que te diviertas y, poco a poco, le irás cogiendo el truco.

Carlos se animó y se puso a jugar con ellos. Pronto se dio cuenta que no lo hacía tan mal. Bueno, jugar con sus videojuegos se le daba mejor, pero jugando con sus primos se lo estaba pasando genial.

- ¡Carlos, podrías venirte el viernes por la tarde con nosotros a jugar! -le dijo su primo Julio
- ¡Vale, quedamos para el viernes!

Llegó el viernes y Carlos acudió con sus primos a un solar grande que había al lado del colegio, donde también había más niños esperándolos.

- ¡Hola! Este es nuestro primo Carlos. A partir de ahora, jugará con nosotros porque quiere ser tan bueno como lo somos nosotros.
- ¡Vaya, Alberto! -comentó Andrés, burlándose- ¡Nos traes a un novato!

Andrés era el más chulo del grupo, pero no era mal chico.

- Él es igual de novato que tú cuando empezaste a jugar con nosotros -respondió Julio- ¿O es qué no te acuerdas?

Empezaron todos a jugar, se lo pasaban muy bien, se divertían, a veces también se enfadaban, aunque no les duraba mucho porque eran amigos.

Día tras día, Carlos fue perfeccionando sus jugadas, se sentía feliz e hizo muchos amigos gracias al deporte. Carlos se fue dando cuenta que desde que jugaba con sus primos y amigos se sentía más lleno de vida que jugando con los videojuegos tumbado en el sofá de casa, a la vez que, también se sentía más fuerte y hasta más guapo, porque ahora era más risueño que antes.

Carlos fue un niño que supo hacer una buena elección. Sus primos le dieron la oportunidad y él la supo aprovechar. Y hoy, ese niño llamado Carlos es profesor de Educación Física y entrenador de un equipo de fútbol juvenil.

- ¡Anda! -exclamé a la pelota.
- Sí -me respondió ella- te aseguro que, de no ser por su buena elección, Carlos no sería hoy lo que es. Así que tú sabrás lo que haces conmigo a partir de mañana, amiguito. Piensa esta noche cuál será tu elección.

UNA CARRERA BAJO EL MAR

Fátima Charchaoui Yallichí

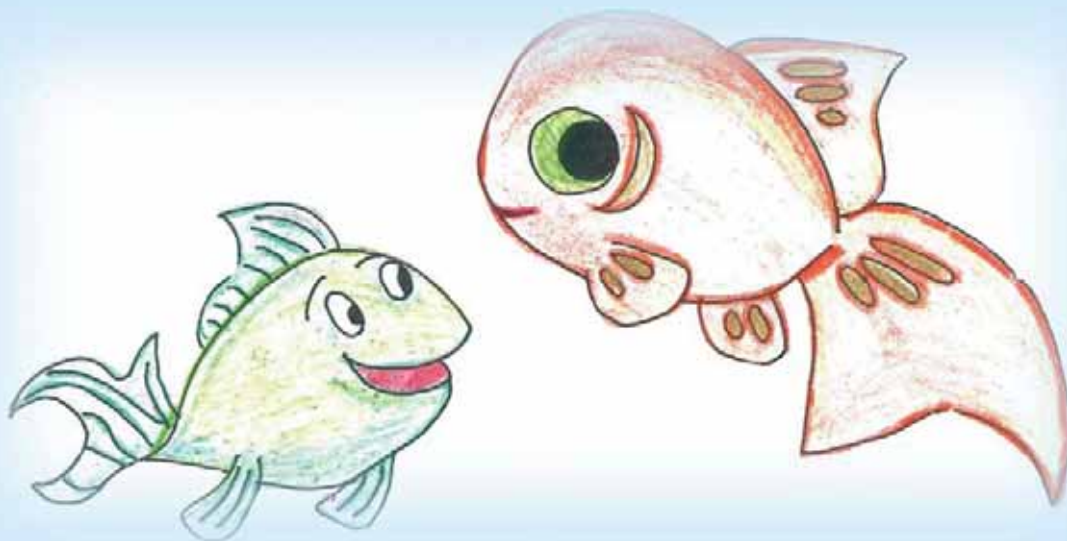
Cuento de Oro - Educación Secundaria



En el profundo mar había una vez un pez llamado Balulu. Él no era muy rápido debido a que sus aletas sufrieron muchas lesiones por un accidente que tuvo hace algún tiempo.

El pobre Balulu no tenía amigos por esa dificultad al nadar, pero sí tenía a alguien que siempre le apoyaba y lo consolaba, su hermano mayor, Mofletis. Su hermano siempre le ayudaba a la hora de nadar y lo defendía cuando se metían y se reían de él.

Balulu entrenaba todos los días con su hermano y aumentaba su agilidad poco a poco, aunque nunca llegaba a ser igual de rápido que los otros seres marinos que habitaban a su alrededor.



Su hermano acabó con los estudios primarios y se tuvo que ir de viaje para seguir con sus estudios en la universidad más importante de todo el mar Mediterráneo. Balulu se deprimió porque se sentía cada vez más solo y ahora necesitaba a su hermano más que nunca: empezaban las competiciones municipales y, como otro pez de su edad, quería participar

Él se veía incapaz de competir contra los otros peces pero, como su hermano le enseñó, hay que confiar y tener fe en sí mismo. Y así fue, se apuntó al campeonato y empezó a entrenar duro para la ocasión.

Su hermano sabía que ya pronto eran las competiciones municipales y que su hermano necesitaría su ayuda. Dejó la universidad durante una semana, que era lo justo para ayudar a su hermano y verlo en las competiciones. A la mañana siguiente hizo sus maletas y aleteó en dirección a su casa.

Al llegar, Balulu quedó sorprendido al verlo y fue corriendo a abrazarlo sin pensárselo dos veces. Él no esperaba su llegada, ya que no los había avisado. Balulu preguntó a su hermano que por qué había venido, si era porque le habían expulsado o él había dejado sus estudios.

Mofletis, sonriendo, le dijo que había venido por él. Balulu, al escuchar su respuesta no pudo aguantar más y rompió a llorar de tanta emoción acumulada. Esa noche estuvieron toda la familia celebrando la llegada de Mofletis cantando y bailando todos muy contentos.

A la mañana siguiente Mofletis y Balulu despertaron muy temprano para empezar a prepararse. Balulu se sentía cada vez más sano y más ágil de lo normal, eso le hacía confiar en él mismo. Las competiciones se acercaban y Balulu se ponía cada vez más contento.

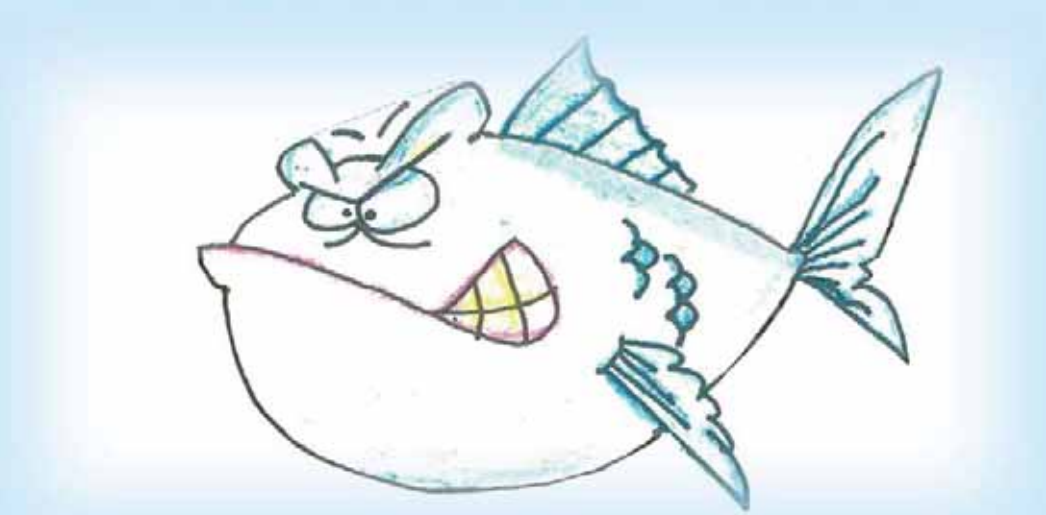
Y llegó el día de la competición:

En la competición había todo tipo de peces: gordos, flacos, feos, guapos, fuertes...

Cuando Balulu llegó a la competición se asustó al ver el nivel que tenían los otros peces. La competición empezaba y Balulu se ponía más nervioso. Había muchísimas pruebas pero la más importante y la definitiva era la carrera de 2 Km.

La carrera empezó y Balulu aleteaba lo más rápido posible. Los primeros 500 metros todos o casi todos los peces iban igualados pero, poquito a poco, se iban quedando peces atrás.

Balulu iba de los primeros, se esforzaba y daba todo lo que podía. Llegó un momento en el que iban todos atrás menos dos peces: Balulu y Kimo (un pez muy fuerte y veloz).



Estaban llegando a la meta y Balulu se aproximaba antes que Kimo cuando, de repente, Kimo se adelantó y de un empujón tiró a Balulu dejándolo con una aleta lesionada. Kimo llegó muy contento a la meta creyendo que se iba a llevar el premio extendiendo las manos para recibirlo, cuando de repente pasó lo inesperado.

Los jueces se acercaron a Balulu y lo levantaron. Balulu se quedó sorprendido al ver que le entregaban el premio, todo el público se quedó sorprendido y emocionado a la vez que aplaudían con todas sus ganas. Su hermano Mofletis y sus padres lloraron de la emoción.

Ese fue el mejor día de Balulu. Se sentía orgulloso de sí mismo aunque no ganó la carrera, pero sabía que había jugado limpio y que eso era lo que contaba.

Al día siguiente lanzaron el periódico con Balulu en la portada y un lema que decía así:

**EL JUEGO LIMPIO ES LO MÁS IMPORTANTE
NO SIRVE DE NADA LA VIOLENCIA**

Balulu se hizo muy famoso en todo el mar. Él decía así: "Mi hermano me ha demostrado que en la vida se pasan malas rachas pero, si confías en ti todo saldrá adelante".

Él mismo se dio cuenta de que con el esfuerzo y la ayuda de alguien se puede conseguir todo lo que uno quiera y que nada es imposible.

THIS IS THE END OF A BEAUTIFUL HISTORY



Hace no tantos años, a las mujeres que, como yo, querían ser libres y poder elegir qué hacer o a qué jugar eran perseguidas y se les prohibía hacer cualquier tipo de actividad que ellos reconocían que eran para hombres.

¡Qué despistada, no me había presentado! Me llamó Julia y, como muchas mujeres, tenía el acceso vetado al deporte profesional por el simple hecho de ser mujer.

Todo empezó cuando de pequeña, mi padre, jugador profesional de fútbol, puso un balón de fútbol frente a mí. Tal fue el asombro de mi padre al darse cuenta de mi técnica y habilidad para ese deporte que decidió cortarme el pelo, comprarme ropa de hombre y llamar a su amigo Javier, el entrenador del más prestigioso equipo de fútbol de España. Nunca olvidaré esa conversación:

- ¡Buenas, Javier! Tengo una buena noticia.
- ¿Qué me traes hoy?
- El niño con la mujer técnica para el fútbol que he visto en mi vida.
- ¡Ah! ¿Y cómo se llama?
- Mmm... Julio.

En ese momento, las lágrimas que había estado intentándome aguantar brotaron de mis ojos y no podía hablar. Las palabras de mi padre habían hecho que un sentimiento nuevo para mí brotase. No podía creer que no le dijese que era su hija. Le pregunté que porqué lo hacía y me contestó esto:

- Las chicas no deben jugar al fútbol. Tú eres una excepción, así que ponte las botas y vienes al campo conmigo.

Aunque yo no quería hacerme pasar por un chico, la idea de estar en un equipo y poder demostrar lo que sabía me entusiasmaba. Así que decidí darlo todo en ese equipo. El entrenador se quedó impresionado con mi habilidad para hacer regates. Llegó el momento crítico: el del vestuario. No sabía que hacer, así que me fui corriendo y no volví nunca más.

Todo eso era una locura. Yo, una chica, no podía estar jugando en un equipo de esas dimensiones, así que decidí dejarlo. Lo que había pasado en el vestuario me había hecho replantearme mi lugar en la vida. Ellos me habían insultado por ser una chica, habían cuestionado mi capacidad para hacer un deporte "para chicos". Me decían que si tantas ganas tenía de jugar a algún deporte, que jugase al tenis o al golf, que era lo adecuado para las mujeres de mi época.

Dejé las botas y mi ropa de deporte apartados en una esquina de mi armario. Decidí que tenía que hacer lo que todo el mundo esperaba que hiciese: hacer lo que mi marido quisiera y cuidar la casa.

Ya tenía 22 años cuando me di cuenta de que yo nunca había querido eso. Así que decidí fundar una organización con sede en Almería, mi ciudad natal, para que las mujeres que lo desearan pudieran acceder libremente a practicar el deporte que ellas quisieran. Pronto empecé a recibir cartas de agradecimiento, pero también había gente, la mayoría eran hombres, que me decían que la mujer no debía practicar deporte libremente. Es más, que no tenían tiempo libre, que tenían que estar todo el día metidas en las casas cuidando de sus hijos.

Cuanto más famosa se hacía mi organización, más cartas recibía de hombres furiosos que no aceptaban que las mujeres también tuviesen el derecho de elegir a qué jugar. Pero hubo una carta que destacó entre las demás:

- ¡Hola, Julia! Soy Javier, el entrenador que te vetó del equipo por el simple hecho de ser una chica. Quería hacerte una propuesta. He decidido crear un equipo de fútbol mixto: de chicos y chicas. He pensado en pasarme algún día por tu organización y ver qué chicas podrían estar en mi equipo. Un beso. Javier.

Le contesté al minuto y, al día siguiente, apareció un hombre de aspecto cansado, pero a la vez sonriente conmigo. Se dio una vuelta y se entusiasmó al ver la habilidad que tenían las mujeres con el fútbol.

Esta organización es hoy en día una de las más importantes refiriéndonos a igualdad en el deporte y, lo más importante es que, gracias a ella, podemos disfrutar libremente del deporte.



Esta es la historia de Alejandro, un chico del que todos se reían por tener un peso mayor al de los demás.

Alejandro era un chico alto, castaño y de ojos oscuros. Era muy amable y simpático, pero nadie se juntaba con él, porque decían que les daba vergüenza que les vieran. Tan solo tenía como amiga a Lorena, una chica muy guapa y cariñosa de su clase, que sentía pena por él y siempre estaban juntos.

Los graciosos de la clase siempre se estaban riendo de Alejandro porque tenía obesidad, pero aunque sus palabras le dolían y mucho, Alejandro intentaba no hacerles caso, y Lorena siempre le decía que pasara de ellos, que no sabían lo que estaban diciendo.

Pero aunque Lorena siempre estaba consolando a Alejandro, también le decía a los demás niños que se callaran ya, que lo que hacían no era gracioso y que un día Alejandro se sentiría mal de verdad.

Ellos pasaban de sus palabras y seguían chinchando a Alejandro, pero él ni se inmutaba. Y por supuesto no le dejaban participar en los juegos o, si le dejaban, lo elegían el último.

Un día, la profesora de educación física tocó a la puerta durante la clase de lengua y pidió permiso para entrar, el profesor se lo concedió y la profesora se dirigió al corcho de la clase, donde colgó un cartel que decía:

CON MOTIVO DE LA I SEMANA CULTURAL DEL CENTRO, QUE TIENE COMO TEMÁTICA EL DEPORTE, SE CELEBRARÁ UNA GYMKHANA ENTRE TODO EL CENTRO DE DIFERENTES DEPORTES, EN LOS QUE SE INCLUYE ATLETISMO, BALONCESTO, FÚTBOL...

Todos los chicos se preguntaban qué era eso, y la profesora, ante sus caras de curiosidad, decidió explicarles un poco de qué trataba la gymkhana, cómo se iba a realizar, cuándo...

Todos lo estaban celebrando, excepto Alejandro, que nada más mencionar la palabra "deporte" se le ponían los pelos de gallina, pero en fin, aún quedaban dos meses para la semana cultural, y Alejandro no estaba preocupado todavía.

Al salir de clase, Lorena le dijo:

- *¿¡No es emocionante lo de la gymkhana!?*
- *Pues para mí no tiene mayor interés.* -Dice Alejandro.

Lorena suspira, pero no le contesta, y pasado un rato le dice:

- *¡Oye! ¡Podrías ganar!*
- *Sí, ja, muy graciosa.* -Le contesta Alejandro.
- *Oh, vamos, ¡lo digo en serio!* -Le dice Lorena.
- *Y yo...* -Contesta Alejandro.

Los dos callan y Lorena le dice susurrando: *Pues, como tú quieras...*

Al llegar a casa, Alejandro tiene un plato de macarrones sobre la mesa, y se los come casi sin mastigar. Por la noche, mientras cena les comenta a sus padres lo del tema de la gymkhana y ellos se miran y se ríen.

- *¿Qué os hace tanta gracia?*
- *Nada, hijo, nada...* -Dicen los padres al unísono, y vuelven a reír.

Alejandro, enfadado se va a su habitación y empieza a pensar cómo podría dejar peso, tal vez así podría ganar la gymkhana y sorprender a Lorena y al resto de sus compañeros. Y le da mil y una vueltas, hasta que al fin se queda dormido sobre la cama.

Al día siguiente es sábado, y por alguna extraña razón le apetece salir a correr temprano, ya que se ha desvelado, y no se puede volver a dormir. Dicho y hecho, se pone ropa deportiva y las zapatillas de deporte y sale. ¡Tan solo son las siete y media de la mañana!

Al volver, su madre ya está despierta, y le ha preparado unas tostadas con mantequilla y mermelada, pero Alejandro se niega a comerlas, se ha propuesto perder peso y lo va a conseguir. Así que coge una manzana del frigorífico y empieza a mordisqueada, hasta que se queda con el corazón de la manzana.



Se va al baño y se da una ducha. Se siente muy bien, está como relajado y contento consigo mismo, aunque no ha corrido mucho, ha hecho más que lo que hubiera hecho sentado en el sofá.

Se cambia de ropa y se pone a hacer la tarea que le han mandado para el fin de semana, cuando acaba, estudia un poco hasta que se le hace la hora de comer. Su madre ha hecho patatas fritas, pero Alejandro se niega a comérselas. Lava una lechuga y dos tomates, los corta, y los echa en un plato. Esa va a ser su comida de hoy.

Su madre le mira extrañada, pero no le dice nada. Sabe que va en serio, porque las patatas son la comida favorita de Alejandro. Así que piensa que su hijo no se va a alimentar a base de lechugas, tomates y manzanas exclusivamente, así que decide llevarlo a un dietista y le hacen una dieta exclusiva para él.

Así que en una semana consigue perder 2,600 Kg. y en la segunda pierde más todavía. Casi 3,500 Kg. Y así durante dos meses, hasta que consigue perder casi 20 Kg.

Todos los días sale a correr y se cuida mucho durante las comidas, así que ya está listo para la gymkhana, se ha quedado muy bien y se le nota muchísimo el cambio, además desde el primer mes de dieta, ya nadie se mete con él, ni le insulta nadie. Lorena está muy orgullosa de él, y se siente muy contenta.

Ahora sí que le ve con posibilidades de ganar la gymkhana. Llegó el gran día, el día de la competición de atletismo, a lo que más temía Alejandro, porque era un deporte individual y, si perdía, solo era culpa suya.

En el recreo se escuchaba a la profesora anunciar por el micrófono el comienzo de la carrera y Alejandro, por supuesto, se había presentado, se había propuesto ganar. Y estaba en la línea de comienzo de la carrera. Se oyó un silbido que daba comienzo a la carrera y todos empezaron a correr como si sólo fueran a hacerlo durante los minutos que ésta durara.

Ya llevan dos vueltas a la pista, casi todos van muy cansados, excepto Alejandro, que sigue con el mismo ritmo al que empezó. Al llegar a la cuarta y última vuelta, la mayoría iban andando, estaban parados o seguían corriendo, pero a un trote muy suave. Excepto Alejandro, que va en cabeza y se aproxima a la meta, hace un último esfuerzo y corre todo lo que le dejan sus piernas para llegar a la línea de meta.

¡¡INCREÍBLE!! ¡¡ALEJANDRO HA GANADO LA CARRERA!!

Lorena se acerca a él, le da un abrazo y le dice al oído: *"Te lo dije"*.

Alejandro le abraza y le dice: *"Ha sido gracias a ti"*.

A partir de ese momento todos fueron amigos de Alejandro, no sin antes disculparse varias veces y felicitarle por la estupenda carrera que había hecho. Ahora todos lo querían en su equipo y siempre lo elegían como capitán.

EL GRAN PARTIDO

Gema M^a Rodríguez Rodríguez

Cuento de Bronce - Educación Secundaria



Había una vez un grupo de niños que habían quedado para jugar un partido de fútbol por todo lo alto.

Habían decidido que cada uno llevaría un elemento importante que hubiera en todos los partidos oficiales. Y así, uno trajo el balón, otro el silbato, otro una portería, otro los guantes del portero, las banderillas del córner, etc.

Pero antes de comenzar el partido, a la hora de elegir los equipos hubo una pequeña discusión y decidieron que podría elegir aquél que hubiera llevado el elemento más importante.

Como tampoco se ponían de acuerdo en eso, pensaron que lo mejor sería empezar a jugar al completo, con todos los elementos, e ir eliminando lo que cada uno había traído para ver si se podía seguir jugando y descubrirían qué era verdaderamente imprescindible.



Así que comenzaron a jugar y, primero, eliminaron el silbato pero quien hacía de árbitro pudo seguir arbitrando a gritos. Luego dejaron a los porteros sin guantes, pero paraban igual de bien sin ellos.

Y tampoco se notó apenas cuando quitaron los banderines que definían los límites del campo, ni cuando cambiaron las porterías por dos papeleras... Y así siguieron hasta que, finalmente, cambiaron también el balón por una lata y pudieron seguir jugando...

Mientras jugaban, pasó por allí un señor con su hijo y, viéndoles jugar de aquella forma, le dijo al niño:

- Fíjate, hijo: aprende de ellos, sin tener nada son capaces de seguir jugando al fútbol, aunque nunca vayan a poder aprender ni mejorar nada jugando así.

Y los chicos, que lo oyeron, se dieron cuenta de que por su exceso de orgullo y egoísmo, lo que se presentaba como un partido increíble, había acabado siendo un partido penoso, con el que apenas se estaban divirtiendo.

Así que, en ese momento, decidieron dejar de un lado sus opiniones egoístas y enseguida se pusieron de acuerdo para volver a empezar el partido desde el principio, esta vez con todos sus elementos. Y verdaderamente, fue un partido alucinante, porque ninguno midió quién jugaba mejor o peor, sino que entre todos sólo pensaron en divertirse y ayudarse.

LA PELOTA DE ERIKA

Hafsa Amghar Ziani

Cuento de Bronce - Educación Secundaria



Erika era una niña muy alta, que desde muy pequeña todos habían sugerido que jugara al baloncesto, pero a ella no le gustaba.

Siempre había preferido ir a clases de natación y de piano antes que coger una pelota y encestarla en una red sin fondo.

Sus amigas también le decían lo mismo y ella se enfadaba.

- *¿Por ser alta tengo que jugar al baloncesto?, entonces quien tenga los dedos muy largos, que toque el piano; o a quien le guste bañarse en el mar, que sea nadador profesional.* - contestaba ella.

Erika sentía mucha presión con este tema y, con tan solo diez años, decidió que nadie más le diría nada. Estaban en diciembre y las navidades se acercaban.

Ella le pidió a Santa Claus que le regalara una pelota de baloncesto de amarillo y negro. Así todos le dejarían de decir lo que tenía que hacer, y ella se quedaba tranquila de tantos comentarios sobre lo mismo.

Santa Claus muy emocionado le regaló una pelota preciosa de baloncesto, era de amarillo y negro, eran sus colores favoritos.

Erika se sintió muy feliz con su regalo, aunque lo que más le gustó del día que lo recibió fue que los demás empezaron a tolerarla de distinta manera, con más respeto.



Erika intentaba que todos los días alguien de su familia y de sus amigos la viera con la pelota, jugando, transportándola o pensando con ella en la mano. Así, poco a poco, todos se relajarían con el tema del baloncesto y Erika se sentiría más aliviada y podría dedicarse a lo que realmente le gustaba: nadar y tocar el piano.

Un buen día, cuando no llevaba la pelota con ella porque ya creía que había calmado los nervios de su alrededor, se dio cuenta de que... ¡la echaba de menos!

Durante mucho tiempo la había acompañado en su día a día como una mera espectadora y ahora se estaba dando cuenta de que esa pelota le había escuchado todos sus pensamientos en voz alta y acompañado en momentos muy importantes en su vida.

Desde entonces, sin que nadie la viera, jugaba todos los días un ratito al baloncesto y le hacía sentirse muy bien. Nunca dejó de lado el piano ni la natación, pero el baloncesto le empezó a dar otro tipo de actitud y comenzó a ser más amable con los demás.

La pelota de baloncesto se convirtió en su amuleto particular y, gracias a ella, llegó a ser una jugadora excepcional de baloncesto y participó en muchos campeonatos de deportes variados.

Un domingo por la mañana, Erika se levantó temprano, muy emocionada porque tenía un partido importante. A sus diez años ya era estrella y capitana de su equipo.

Fue un juego difícil. Erika quería ganar y se olvidó que el baloncesto es un juego en equipo, no compartió el balón y al final perdieron.

El director técnico habló con ella y le dijo:

- *Necesitas pasar más el balón, no siempre puedes hacer toda la jugada tu sola.*

A lo que Erika contestó:

- *No confío en ellas, ¡¡no son tan buenas como yo!!*

Esa noche, Erika soñó estar en un mundo maravilloso donde todo era baloncesto. La gente que vivía allí se dedicaba a algo relacionado con baloncesto. Las personas que vivían allí sabían y entendían que el baloncesto es igual que la vida misma.

Se practicaban con disciplina, respeto (a los compañeros, rival, entrenador, etc.), trabajo en equipo, tolerancia, voluntad, fortaleza, fuerza, etc.

Entonces Erika se encontró en un campo de baloncesto con un niño llamado Luciano. Luciano y sus compañeros le invitaron a jugar. Todos los jugadores eran más buenos y con muchas más habilidades que Erika.

Erika no pudo superar a ninguno, aún así sus compañeras del sueño le hacían que participara y lograra sentir confianza. Poco a poco jugó mejor.

Esa mañana, al despertarse, Erika se dio cuenta que no todos tienen las mismas habilidades para jugar, pero que con trabajo en equipo y disciplina todos/as pueden hacer su mejor esfuerzo. Lo cual explicó a sus amigas, les pidió disculpa y prometió jugar en equipo.





J

uan... ese típico niño que siempre juega al fútbol, de esos típicos niños que siempre van con su grupo de amigos, que siempre van gastando bromas.

Estaba apuntado a un equipo de fútbol. Él era el único de su barrio que estaba apuntado. Siempre ganaban, pero ese día habían tenido un partido y habían perdido. Él se preguntaba que por qué habría ocurrido eso, pero pensó que era solo un deporte y que lo único que había que hacer era pasárselo bien. Lo más importante es que habían disfrutado y ¡habían jugado limpio!

El otro equipo sin embargo no había jugado igual, habían ganado gracias a hacer faltas y gracias a que el árbitro no se las contase. Antes de cada partido el entrenador de cada equipo recordaba las normas. Aunque parecía que a más de uno le daban igual y jugaban como querían.

Una de las cosas que hacía diferente a su equipo era que siempre jugaban limpio y los espectadores no solían tirar cosas al campo desde las gradas, ni insultar, ni pelear.

Después del partido uno de los compañeros de Juan, que tenía muy mal perder, decidió preguntarle al árbitro que cuál era el motivo de que no contase las faltas del equipo contrincante.

Tras decidir eso se acercó al árbitro y le dijo:

- ¡Eh tú! ¿Se puede saber por qué no cuentas las faltas del otro equipo?

El árbitro, un tanto cabreado respondió:

- Si no se las he contado es porque he considerado que no eran graves.

Tras su respuesta, el compañero de Juan se cabreó aún más.

Juan y todo el equipo escucharon a su compañero gritar y pensaron que deberían ir a ver que pasaba. Intentaron tranquilizar a su compañero. Le dijeron que no siempre se gana, que habían disfrutado mucho el partido, que en las gradas no había ocurrido ningún percance y, lo más importante, que habían jugado limpio y que eso era mejor que ganar.

Su compañero comenzó a relajarse y les dijo:

- Bueno, pero no entiendo por qué...

El entrenador no dejó que el chico terminase la frase y le dijo:

- ¿Qué no entiendes? ¿Que los contrincantes no jugasen limpio? ¿El por qué de haber perdido este partido? ¿Qué, por el motivo que fuese, el árbitro no haya contado las faltas? Sabes que es lo importante de jugar a un deporte, todos sabemos que sí, que nos gusta ganar y que perder no es muy agradable, pero ¿Has disfrutado?

- Si. -Contestó el chico

- ¿Entonces? ¿Qué es lo que no entiendes?

- Gracias. -Dijo.

- No tienes por que agradecer nada, sabes el motivo por el que juegas y yo tan solo te lo he recordado

El chico se fue a los vestuarios. Juan lo detuvo y le dijo:

- Ya sabes, ¡JUEGA LIMPIO!

Su compañero sonrió.

Unos días después Juan estaba en su casa. Le habían mandado un trabajo, tenía que escribir las normas del deporte que él eligiera. Eso le llevó a recordar todo aquello que había pasado en el último partido y comenzó a escribir.

Sus maestros valoraron muy bien su trabajo. Todo aquello parecía una estupidez, lo de la discusión entre el árbitro y su compañero, lo de respetar las normas, pero al fin y al cabo todo eso es lo que hacía a su equipo especial, único y diferente.

LOCA POR EL FÚTBOL

Yousra Marzouq

Cuento de Bronce - Educación Secundaria



Esta vez, Sandra va a un internado porque sus padres siempre están haciendo viajes de negocios.

Sandra es una chica de catorce años, alta, castaña, tiene el pelo largo y rizado y tiene los ojos marrones. Ella es algo rebelde, pero es maja, le gusta bailar y jugar al fútbol.

Pero, respecto al fútbol, no puede jugar ya que en el internado hay normas muy tontas y absurdas, como la norma de que las chicas no pueden jugar al fútbol mientras que los chicos sí. Otra norma es que las chicas y los chicos no se pueden mezclar, pero a Sandra le parecían una tontería aquellas normas.

Al principio, Sandra estaba muy sola. Luego, poco a poco, fue conociendo a algunas chicas, pero con las que mejor se llevaba era con: Karen, una chica atrevida y cariñosa; Marta, una fanática de la música y el deporte; y Raquel, la más tímida y callada. Las cuatro se hicieron muy buenas amigas en muy poco tiempo y siempre estaban juntas.

Dos meses después, Sandra decide hablar con el entrenador de fútbol para que dejara también que jugaran las chicas en el equipo, pero le dijo que no, no y no. Ella sale de gimnasia muy triste y cabreada y se lo cuenta a sus amigas.

Sus amigas, para apoyarla, le dicen que la van a ayudar en todo lo que puedan y, en ese momento, se le ocurre a Sandra una idea fantástica. La idea era hacerse pasar por un niño y meterse en el equipo y así demostrar que las chicas también juegan bien al fútbol. Y eso fue lo que hizo.



Se pudo una peluca y la ropa del hermano de Karen y se dispuso a ir al gimnasio. El entrenador le hace unas cuantas pruebas y entra en el equipo. Esa misma tarde en el entrenamiento todos se quedaron boquiabiertos de lo bien que jugaba. Pero claro, no sabían que era Sandra. El entrenador la sacó y le dio una equipación. Le dijo que tenía que jugar en el partido que tenían el próximo sábado y ella dijo que sí.

El día del partido, Sandra estaba algo nerviosa, pero se le pasó cuando vio a sus amigas en las gradas animándola.

Cuando empezó el partido, Sandra estaba muy contenta y jugó lo mejor posible porque en el primer tiempo marcó dos goles y en el último tiempo marcó un gol.

Al finalizar el partido, Sandra se quita la peluca y le dice a todos los que estaban que es una chica y todos estaban muy, muy sorprendidos.

En ese momento, el entrenador dijo que, a partir de ese día, no habría diferencia entre chicos y chicas y que todos tenían derecho a jugar al fútbol, ya sean chicos o chicas.

Sandra, muy orgullosa de sí misma, se dirige hacia sus amigas...





Desarrollamos nuestras intervenciones atendiendo a los objetivos educativos que la competición deportiva en edad escolar persigue.



Alentamos a los deportistas a aceptar las reglas del juego y a no tratar de sacar ventaja de su incumplimiento.



Rechazamos activamente cualquier forma de violencia verbal o física que se pueda generar entre o hacia cualquier participante de la actividad deportiva.



Planteamos nuestras expectativas ante la actividad que presenciamos en consonancia con las de los protagonistas del juego.

Favorecemos que los deportistas disfruten libremente de su práctica sin condicionar ni cuestionar el desempeño de sus habilidades en el juego.

DIPUTACIÓN DE ALMERÍA

DEPORTE ALMERÍA JUEGA LIMPIO SALUD EDUCACIÓN DEPORTE JUGANDO LIMPIO GANAMOS TODOS SALUD EDUCACIÓN



Contribuimos a que la labor de los árbitros y jueces sea respetada, considerada y bien valorada.



Enseñamos a saber ganar, a saber perder y a saber divertirse con la práctica deportiva, porque así ganamos todos.



Aplaudimos los esfuerzos, el buen juego y la deportividad de todos, independientemente del resultado.



No interferimos en la labor de los técnicos y educadores responsables de la "dirección deportiva" de los participantes.



Somos conscientes de la influencia que nuestro ejemplo ejerce sobre los deportistas, especialmente si además de espectadores somos sus padres.

Por un Deporte Saludable

La formación en materia de salud y deporte de todos los agentes implicados es esencial



Asociación Cada Paso Cuenta

Matías Valverde

Médico y Profesor de la Universidad de Almería.

Patricia Ramírez

Profesora Educación Física y Salud.

Desde la Asociación Cada Paso Cuenta, trabajamos a menudo con niños y adolescentes en los que detectamos que su estado de salud no es el más adecuado. Con más frecuencia de la que nos gustaría nos encontramos un aumento de la población que presentan: Problemas de Peso y Alimentación; Dolores de Espalda, Cervicales y Rodillas; Estrés y tensión muscular; Debilidad muscular (poca fuerza); Malas posturas.

Como padres, que cuidan de la salud de sus hijos, a menudo se preguntarán por cuestiones sobre su desarrollo y estado de salud. Nosotros les proponemos las siguientes preguntas tratando de despejarles posibles dudas y aportarles algunos consejos que puedan servirles.

1. ¿Problemas con el peso?
2. ¿Cómo sé si mi hijo está en un peso saludable?
3. ¿Es mi hij@ activo?
4. ¿Sabemos los beneficios presenta hacer ejercicio para su estado de salud?
5. ¿Sabemos que práctica deportiva o de ejercicio es la más adecuada para su salud? Recomendaciones
6. Detección de problemas de cuello y espalda en niños y adolescentes
7. ¿Puedo hacer deporte si me duele la espalda?

¿Problemas con el peso?

Sobrepeso: Hace referencia al aumento de la grasa corporal por encima de los valores considerados como saludables. Mientras que los valores excesivos de sobrepeso es **obesidad**.

La **obesidad**, debe de ser entendida como una enfermedad (OMS) y ACTUAR en su tratamiento para evitar diversos trastornos de salud como enfermedades cardiovasculares, diabetes, apnea del sueño, problemas de vesícula, riñón y estómago, artrosis, osteoporosis, problemas de espalda, fatiga y debilidad muscular, depresión, baja autoestima y aislamiento social, entre otras. Muchas de estas alteraciones ocasionan la muerte a millones de personas en el mundo.

¿Cómo se si mi hijo está en un peso saludable?

1. Pesarse y medirse.

2. Calcular IMC:
$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Estatura}^2 (\text{Mts.})}$$

3. Ver resultado:

Infrapeso: Delgadez severa IMC = <16.0
 Infrapeso: Delgadez moderada IMC = 16.00 - 16.9
 Infrapeso: Delgadez aceptable IMC = 17.00 - 19.9

——— Límites de la enfermedad ———

IMC = 20 - 25 PESO SALUDABLE
 IMC = 25 - 29,9 SOBREPESO / OBESIDAD GRADO I

——— Límites de la enfermedad ———

Obesidad grado II: IMC = 30 - 34,9
 Obesidad grado III: IMC = 35 - 39,9
 Obesidad grado IV (mórbida): IMC = 40

¿Es activ@ mi hij@?

Les proponemos un pequeño test sobre los hábitos de sus hijos: SI ES ACTIVO DE PEQUEÑO LO SERÁ DE ADULTO

¿Realiza una hora (seguida o separada) diaria de ejercicio moderado? (andar con energía, correr, jugar, deportes, actividades continuadas)	si	no
¿En su tiempo libre (en el patio, la playa, la calle, etc.) prefiere hacer actividades activas?	si	no
¿Suele utilizar a menudo el transporte público o privado en sus desplazamientos o camina de manera habitual en su vida diaria?	transporte	camina
En su tiempo libre en casa ¿cuántos minutos dedica a estar sentado frente al ordenador, televisión, juegos?	menos de 2 horas	mas de 2 horas
En su tiempo libre en casa ¿cuántos minutos dedica a colaborar en las tareas activas del cuidado de casa?	más de 1 hora	menos de 1 hora
¿Asiste a las clases de educación física de la escuela?	si	no
¿Los fines de semana, realiza actividad físicas en su tiempo de ocio?	si	no

Debemos tener presente que la Organización mundial de la salud recomienda **no** más de **2** horas de actividades sedentes en tiempo de ocio (ordenador, móviles, televisión, juegos).

Si además sumamos las horas que pasa sentado en el colegio, y/o en actividades extraescolares y deberes nos encontramos que el sedentarismo puede provocarles alteraciones en su estado de salud.

¿Sabemos los beneficios que presenta hacer ejercicio para su estado de salud?

- Contribuye a su desarrollo integral, mejorando la maduración de los diferentes sistemas (nervioso - locomotor), lo que le posibilitará mejorar en sus capacidades motrices.
- Favorece una mayor mineralización de los huesos con lo que puede disminuir el riesgo de osteoporosis en su etapa adulta.
- Mejora el sistema defensivo.
- Ayuda a controlar el peso, la tensión arterial, el colesterol e incluso algunos problemas de azúcar (diabetes).
- Mejora el rendimiento escolar, al aumentar la capacidad de concentración y entrenamiento.
- Mejora de las relaciones sociales y aceptación de las normas.

¿Sabemos qué práctica deportiva o de ejercicio es la más adecuada para su salud? Recomendaciones en la infancia y adolescencia


Para **mantener un estado de condición física saludable** es necesario realizar diariamente de manera continuada o fraccionada actividades físicas que desarrollen el sistema cardiovascular (correr, andar con alegría, nadar, montar en bici, bailar, subir y bajar escaleras) y otras, con una frecuencia de dos o tres veces por semana, para el desarrollo de la fuerza y mejora de la resistencia (ejercicios de fuerza: 1 serie de 8-10 repeticiones por cada grupo muscular).

De manera general todos los niños deberían de realizar **una hora de actividad física MODERADA al día**.

MODERADA: ¿qué es?

- Con el ejercicio se Aumenta la sensación de calor, y se inicia una ligera sudoración.
- También se incrementa el ritmo respiratorio y el ritmo cardiaco (pulso), pero nos permite hablar.

El ejercicio moderado, es suficiente para mantener un buen estado de salud. En cambio habrá que tener precaución en el desarrollo de ejercicios de intensidad vigorosa o de esfuerzo máximo, puesto que a menudo presentan contraindicaciones y/o lesiones en estos grupos de edades.

 Puede ser oportuno la **valoración por parte de una unidad médico - deportiva** de la condición física de nuestros hijos, así como de sus limitaciones y capacidades.

Es necesario **aportarles una dieta rica en calcio**, que junto con el ejercicio les ayude a desarrollar una correcta mineralización del sistema óseo.

Así mismo la alimentación ha de ser equilibrada, recomendando 5 comidas diarias intentando mantener una estabilidad horaria que posibilite la creación de hábitos.

Es importante que los niños y adolescentes tomen **sol**, al menos, **15 minutos al día**. Esto les favorecerá la correcta asimilación del calcio en su organismo.

Existen numerosas prácticas al aire libre que les aportan numerosos beneficios para la salud.

La actividad física debe de ser segura, lo que significa que se deben de valorar y vigilar:

- **Instrumentos implicados:** raquetas, patines, pelotas, colchonetas, canastas, porterías, redes, entre otros.
- **Los espacios de desarrollo:** si existe algún peligro para su hijo que presente riesgo de caída, tropiezo, en el sitio donde se desarrolle la práctica.
- **La salud corporal:** hidratación y protección solar. Adecuado vestuario.
- Si su hij@ presenta **alguna enfermedad** debe de **asesorarse adecuadamente** de qué tipo de práctica es desaconsejada y cuál, por el contrario, beneficiosa.



Detección de problemas de cuello y espalda en niños y adolescentes

Aunque la aparición de problemas de cuello y espalda puede aparecer en la etapa infante - juvenil, esto es infrecuente; la mayor parte de patologías se dan a partir de los 10 años de edad, hasta que termina de crecer el adolescente.

Los síntomas más habituales suelen ser las molestias al principio, posteriormente el dolor mecánico leve, cuando realiza las actividades diarias (e.g. durante las clases de educación física, al estar sentados un rato en su pupitre de clase, etc.).



Aunque es verdad que hoy día hay programas de detección de las patologías de la columna vertebral en los niños y adolescentes, a veces se escapan al control de estas revisiones, que suelen ser rápidas y esporádicas.

Es por ello que los propios padres y madres, así como educadores, con un entrenamiento básico, pueden darse cuenta de que algo “no funciona bien” en la columna vertebral de ese niño o adolescente.

Si es así, podrían solicitar una consulta con su médico de referencia, para una evaluación en detalle de dicho problema.

Las patologías más frecuentes de cuello y espalda entre la población joven suelen ser benignos, siendo de carácter muscular, y ocurriendo muchas veces por una serie de posturas anómalas y continuadas, que deberíamos corregir (higiene postural).

Así, el uso de mochilas sobrecargadas, posiciones incorrectas a la hora de sentarse o estar tumbados en el sofá, o la práctica de determinada actividad física con una técnica inadecuada, podrían ser la causa o desencadenante de las molestias mecánicas en cuello y espalda.

Aquí se muestra muy importante el estímulo de la corrección de dichas posiciones viciosas por parte de los padres y educadores, y de los ejercicios contra-productivos por parte de los maestros de educación física u otros monitores, con conocimientos sobre el tema.



¿Puedo hacer deporte si me duele la espalda?

La gran mayoría de actividades físico deportivas, incluso aquellas que son más estáticas, llevan implicados movimientos de flexo-extensión del tronco, inclinación lateral, rotación e incluso inclinación y rotación de forma conjunta.



La práctica continuada de algunas disciplinas deportivas que implican este tipo de movimientos puede provocar situaciones en las que las estructuras vertebrales sufren obligando a los discos intervertebrales a trabajar al límite o por encima de su capacidad.

No todos los deportes y ejercicio físico tienen la misma incidencia en la estructura vertebral, dependerá de diferentes factores, que se considere negativa para la Espalda.

- Tipos de movimientos vertebrales implicados, su carácter simétrico o asimétrico. Duración y repetición.
- Mayor o menor intensidad con la que se realizan estos movimientos.
- Rebotes y posturas forzadas.
- Fenómenos añadidos de carga o de choque que acompañen a la disciplina deportiva.
- Situación personal del sujeto.
 - Estructura de su Espalda.
 - Nivel de Condición física.
 - Patología o algias asociadas.
 - Edad.

Para finalizar, nos gustaría trasladar nuestro agradecimiento a las personas responsables de esta revista por habernos invitado a colaborar.

Nos sentimos muy entusiasmados con la idea de formar parte de esta “ESCUELA DE PADRES Y MADRES”, cuya finalidad es la formación en materia de salud y deporte a todos los agentes implicados: padres, abuelos, entrenadores y deportistas.

Decálogo Juega Limpio con su Salud

Procuramos que desarrollen una vida activa, saludable y divertida.

¿Qué habrá entendido éste cuando le recomendamos que se entregara al deporte?



Les **Concienciamos** sobre los beneficios de una nutrición equilibrada



y de una correcta hidratación durante su práctica deportiva.

Garantizamos su seguridad revisando las instalaciones y equipamientos, recomendando el uso de equipaciones adecuadas y previendo los



recursos necesarios para su protección y atención.

Valoramos sus preferencias, habilidades y nivel de condición física para asesorarles sobre **viene mejor.**

¿Sí?, podrías probar las carreras de orientación.

Me gusta correr, soy muy veloz, pero tengo problemas para respirar.



Reforzamos la importancia del aprendizaje de la técnica de cada deporte como medio, no sólo de jugar mejor, sino también de **Evitar lesiones.**



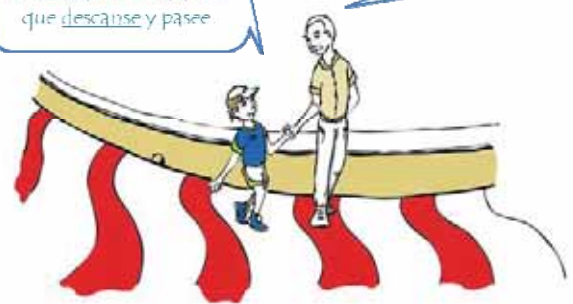
Le dije que esa no era la forma correcta de levantar peso.



Planteamos **retos y metas adecuadas** y les instruimos a escuchar su cuerpo durante el esfuerzo.

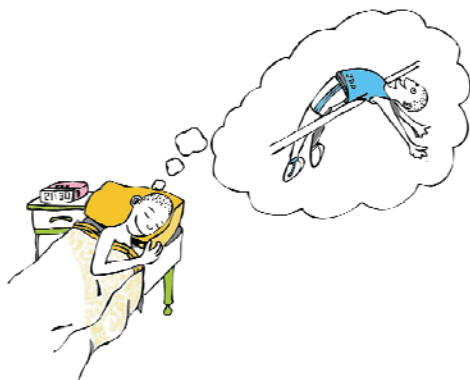
Porque he tenido fiebre hasta ayer, y mi entrenador me ha dicho que descanse y pasee

¿Por qué no has querido ir hoy a entrenar?



Decálogo Juega Limpio con su Salud

Vigilamos la calidad de su **Descanso**



y tenemos en cuenta la programación de la recuperación tras el esfuerzo.

Les **Realizamos** reconocimientos médicos periódicos para conocer la evolución de su condición física y de su estado general de salud.



Aver que nos dice la doctora este semestre... ¡Seguro que todo está perfecto!

Evitamos situaciones que les generen ansiedad y estrés; lo importante es participar y, sobre todo, **Disfrutar**.



¡Hemos venido a pasarlo bien y mejorar nuestro juego, lo importante es disfrutar practicando!

Adaptamos la planificación de actividades de la temporada a sus diferentes etapas evolutivas y diversidad de sus necesidades y objetivos.



Hoy me toca hacer resistencia en solitario.

Pues a mí me toca juegos en equipo.

Jugando limpio, ganamos tod@s

Diseñado por:

A. REBOLLOSO; M. VALVERDE; P. RAMÍREZ.

La gestión educativa del deporte en el ámbito municipal

REinventando el deporte municipal desde la educación



Sergio González Naveros

Licenciado en Ciencias del Deporte

Máster en Dirección de Entidades e Instalaciones Deportivas y Diploma de Estudios Avanzados por la Universidad de Granada

Técnico Superior de Deportes del ayuntamiento de Jun (Granada)

El sistema deportivo andaluz es tan rico y variado como su geografía, por lo que no hay recetas mágicas ni modelos universales que satisfagan las necesidades de cada realidad. Por ello, en este cambio de ciclo que nos ha tocado gestionar, hemos de REinventar el deporte municipal desde la educación, ya que aquellas soluciones estaban pensadas para solventar aquellos problemas, y al intentar aplicarlas hoy, vemos que no solucionan nada.

El fenómeno deportivo ha ido avanzando en los últimos 30 años de forma paralela a la sociedad, sin embargo, su calado en los municipios andaluces no solo no ha sido homogéneo sino que ha acentuado las diferencias entre unos y otros. Este hecho se ha debido, fundamentalmente, a su número de habitantes, situación geográfica, nivel de renta, cultura y tradiciones (Correal¹, 2013) y, añadimos, voluntad política.

La administración local ha sido el principal eje de la política dirigida a difundir la práctica de las actividades deportivas en los municipios, dinamizando la promoción y desarrollo de su práctica. Este cometido lo ha desempeñado plenamente integrada en el sistema deportivo local, que, como es lógico, se ha visto influenciado por los procesos de modernización durante las últimas tres décadas. Entre ellos, cabe destacar el protagonismo que han ido cobrando la empresa privada y el denominado “tercer sector”, dentro de un Sistema Deportivo Local tan rico en agentes como desvertebrado.

La gran tarea de las administraciones locales aun está pendiente: ser el eje vertebrador del deporte en el municipio. Es por ello que nos enfrentamos a un cambio de rumbo que apunta a la salud y la educación como horizonte para el gestor deportivo público que le obligarán a hablar de **Gestión Educativa del Deporte** y este cambio de paradigma ha de entenderse desde la firme convicción de que no hay deporte para siempre sin educación.

El divorcio entre Escuela y Ayuntamiento (Educación Física y Deporte) merece una segunda oportunidad. Para ello, el trabajo coordinado con la Educación Física es esencial, así que las programaciones extraescolares no tienen por qué renunciar a lo que Pérez López² (2011) denomina “fundamentos que han de regir la construcción de cualquier proyecto educativo en Educación Física” y que se conforma con una serie de iniciales, como si el mismo concepto de “Educación física” fuese en realidad un acrónimo de estos 15 preceptos claves:

Mientras la educación deportiva se gestiona en los centros educativos, paralelamente se convierte en una mala digestión fuera de ellos³

E	D	U	C	A	C	I	Ó	N	F	Í	S	I	C	A
Evaluación	Diversión	Utilidad	Cooperación-competición	Alumnado	Conocimiento Teórico-práctico	Implicación afectiva	Ocio y tiempo libre	Nuevas tecnologías	Flexible	Inclusiva	Salud	Imaginación	Conciencia crítica	Actividad (física)

Parece quedar patente que con hora y media o dos horas de Educación Física a la semana por la mañana es realmente difícil inculcar hábitos, pero ¿y si le unimos otras dos por la tarde a nivel extraescolar y propiciamos otras dos con la familia?

Primero elijo dónde viajar y luego decido cómo ¿Por qué no se programa pensando a dónde quiero llegar (objetivos) y luego decido cómo hacerlo (contenidos)?

Planteamos como propuesta trabajar un proyecto conjunto que interrelacione el primer y el segundo tiempo pedagógico, a pesar de darse uno en la escuela y otro en las instalaciones deportivas municipales, uno con un maestro y otro con un monitor deportivo. Para ello, lo primero que hay que hacer es girar 180 grados la forma de programar, realizada por contenidos y comenzar a hacerlo por objetivos, de manera que puedan ser compartidos aunque se llegue a ellos por caminos diferentes.

En cuanto a la programación de este deporte extraescolar, también creemos que se puede dar un giro importante, pero claro, exige implicación y grandes dosis de fe en la tarea porque, al menos al principio, y pese a ajustar nuestras velas, no tengamos todo el viento a favor. Todo un reto, ¿verdad? Tenemos que plantear retos que obliguen a buscar las soluciones pertinentes, y solo así se logra la competencia. Si logramos en nuestros usuarios, en especial en los más pequeños, la adquisición de la competencia motriz, estaremos dando en la diana de nuestros propósitos, ya que esta evoluciona a lo largo de la vida desarrollando la inteligencia en función de los condicionantes del entorno.

Estamos convencidos de la importancia que la EDUCACIÓN Física tiene, no solo por educar lo físico, sino, especialmente, por educar a través de lo físico

¿Gamificación? Íntimamente ligado con el punto anterior iría el de emplear mecánicas de juego en entornos en los que habitualmente no se utilizan, como son los diseños de algunos programas como el de las escuelas deportivas, por ejemplo, tan parceladas y especializadas desde edades tempranas. Trataríamos con ello de potenciar la motivación, la concentración, el esfuerzo y otros valores positivos comunes a todos los juegos, para la consecución de los objetivos propuestos. Y para llegar a ellos, ya veremos si necesitamos habilidades más cercanas al balonmano, a la escalada o a la gimnasia acrobática.

En este cambio de perspectiva que supone la gestión educativa del deporte, gamificar uno de los programas resulta un buen comienzo. Para quienes esta medida les resulte excéntrica, proponemos realizarla al menos con un proyecto, comenzar con una actividad experimental a modo de pilotaje, si funciona, podremos extrapolar esta metodología convencidos de lo que hacemos, y si no, tendremos un grupo de chavales que habrán aprendido mientras vivían una aventura imaginaria, así que no hay nada que perder.

Parafrasenado a Martínez Aguado³ (2012), la Gestión Educativa del Deporte no ha de limitarse al deporte escolar, ni tan siquiera al deporte en edad escolar, sino que debe trascender hasta integrarse en la cultura deportiva misma del municipio. Para ello, proponemos la creación del Consejo Municipal de Deporte convencidos de que sentando en la misma mesa a todos los agentes implicados en el Sistema Deportivo local, administración, federaciones, clubes, empresas, usuarios, asociaciones, centros de salud y educativos, de mayores y resto de colectivos sociales, el Ayuntamiento puede retomar su papel cohesionador y coordinador, y replantear una nueva filosofía que implique el hecho educativo como hilo conductor de la nueva programación deportiva, huyendo de prejuicios y abandonando el viejo anhelo de control dogmático para rediseñar con la ciudadanía programas horizontales y para todos, que seguramente no darán las mismas portadas pero sí contribuirán más al bienestar de la ciudadanía.

La Gestión educativa del deporte no es ajena a la política de instalaciones y es que la recreación se hace ahora de espacios, ya que el parque, la plaza y los lugares comunes son vistos con los mismos ojos que hace unos años pero con un enfoque diferente, por lo que cualquier elemento urbano es susceptible de ser usado como equipamiento deportivo (por tanto, educativo) y como facilitador de salud. La administración local no debe ver esta tendencia como una debilidad de su sistema, sino como una fortaleza, ya que se multiplican las posibilidades de universalizar la práctica deportiva a bajo coste, favoreciendo una mayor cultura deportiva, como facilitadores del autodeporte.

Asimismo y con carácter urgente, la administración ha de repensar su modelo y aceptarse como parte de un sistema con el que comparte propósito. Este cambio de mentalidad no es fácil, ya que han sido muchos años de anquilosamiento en los que las actividades se han propuesto desde lo local para llegar al mundo, para ser relevante y “situarse” en el mapa. Sin embargo, la universalización de la práctica llegará cuando logremos desarrollar las programaciones en sentido opuesto, de forma deductiva, de lo general a lo particular, cuando seamos capaces de pensar globalmente y actuar localmente.

La Gestión Educativa del Deporte implica no menospreciar el potencial educativo de cualquier elemento de nuestro entorno. Y reaprender a mirar. Y a ser CREActivo.

La escasez de recursos no ha de inducir a los ayuntamientos a una resignación hacia esferas de actividad prioritaria (si no lo desean), sino a nuevas formas de actuar basadas en la búsqueda de alianzas, fomento de la creatividad e implicación de la ciudadanía. No olvidemos que el valor de lo que hacemos trasciende al ladrillo, y es que... lo esencial es invisible a los ojos⁴.

4.- Bibliografía

¹ CORREAL, J. (2013) 30 años de deporte municipal. En: J. de la C. Vázquez Pérez (Coord.) *30 años de deporte en Andalucía*. 155-203. Sevilla: Wanceulen.

² MARTÍNEZ AGUADO, D. (2012) Nueva gestión deportiva municipal con la educación como perspectiva. Editorial Círculo Rojo. Almería.

³ PÉREZ LÓPEZ, I.J. (2011) Una cenicienta llamada María. En: *IX Congreso Internacional sobre la enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar*. Úbeda.

⁴ SAINT-EXUPÉRY, A. (1943) *El Principito*. Salamandra. Madrid.

Educación en valores a través del Deporte

Los valores no se enseñan, se aprenden



Antonio Merino Mandly

Doctor y Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Ex Jefe de Servicio de Deporte y Juventud Diputación de Málaga.

Se trata de asumir, mediante la experiencia e iniciativas propias, la filosofía que conlleva la “Carta de Derechos del Niño en el Deporte” formulada por la Sección Juvenil de la Asociación Nacional de Deporte y Educación Física, una Asociación de la Alianza Americana para la Salud, la Educación Física, la Recreación y la Danza (Unisport, 1993), y que están en consonancia con la FIEP (Federación Internacional de Educación Física), que plantea:

1. Derecho a practicar el deporte
2. Derecho a entretenerse y jugar como un niño
3. Derecho a disfrutar de un ambiente sano
4. Derecho a ser tratado con dignidad
5. Derecho a ser rodeado y entrenado por personas competentes
6. Derecho a realizar entrenamientos adecuados a sus ritmos
7. Derecho a competir con jóvenes que tienen las mismas posibilidades de éxito
8. Derecho a participar en competiciones adecuadas a su edad
9. Derecho a practicar su deporte dentro de las máximas condiciones de seguridad
10. Derecho a tener adecuadas pausas para descansar
11. Derecho a no ser un campeón

Como aplicación de este modo de entender las Escuelas Deportivas tratamos de concretar la idea general de “EDUCAR EN VALORES”. Queremos contrarrestar, claramente, la violencia, el juego sucio, las imágenes negativas del deporte y del deportista (los “antivalores”).

Se trata de ser plural y coherente con las ideas que se desarrollan en el proyecto, crear normas, propiciar actitudes, escogiendo libremente los valores, compartirlas y definirlos públicamente. Determinamos los objetivos y contenidos informativos para los alumnos, monitores profesores, dirigentes y/o padres.

Podemos hablar por el contrario de lo que se ha denominado ‘metavalores’. Compartimos la idea de ROMERO GRANADOS (2003) y de TORRES GUERRO (2010), sobre que “el futuro de la iniciación deportiva

o del deporte en todos los ámbitos dependerá de la potenciación de determinados valores (sociales, estéticos, políticos, religiosos, éticos, etc.), puesto que son éstos los que deben servir de referencia a la sociedad, a veces desorientada”, el deporte en la sociedad actual representa un referente (¿nueva ‘religión’ de nuestro tiempo?) donde se esperan encontrar referencias para resolver modos de conducta y sentimientos colectivos, donde pueden identificarse individuos y grupos.

Continúa ROMERO planteando que “es el desarrollo y evolución de estos valores humanos los llamados a ocupar un lugar primordial y de privilegio en el campo del deporte, en los educadores y en la colectividad en general”, también en los entrenadores que trabajan fuera del ámbito escolar en el deporte de iniciación (fuera de todo contexto educativo como son las federaciones deportivas) que deben ser conscientes del papel y la influencia que tienen con la primeras edades, no reproduciendo estereotipos perversos que se dan en el deporte espectáculo.

MARINA CUADRADO (2003), habla de diferentes tipos de valores y los centra en tres básicos: valores sociales, valores emocionales y valores éticos. Aunque después se formulan desde otras opciones. Para nuestro programa de intervención con niños y niñas, con los técnicos, padres, organizadores o políticos, se pretende significar que aprender un valor significa que se es capaz de regular el propio comportamiento de acuerdo con el principio normativo que dicho valor tiene.

Los valores no se enseñan; se aprenden, a través de la propia vivencia y reflexión, bajo las propuestas educativas que realiza la institución o el propio educador, técnico deportivo o el padre. Se trata de trasladar actitudes a los alumnos que participan en los proyectos deportivos. Nosotros hemos planteado cuatro valores claves: Autoestima, Tolerancia, Responsabilidad y Cooperación.

A partir de ahí, las clases o entrenamientos semanales, las Ligas Educativas y Formativas, y otras actividades que se dan a lo largo del curso, deben educar en valores: amistad, fidelidad, juego limpio (no violencia), cooperar-compartir-ayudar, ser responsables, ser autónomos, tolerancia (respeto al adversario), la valentía, la lealtad, la ciudadanía, la alegría, el sentido del humor, la paciencia, la deportividad, la frugalidad, etc.

Se trata de ser plural y coherente con las ideas que desarrollan el proyecto. Se pretende escoger libremente los valores, compartirlos y definirlos públicamente. Se intentan crear: **NORMAS Y ACTITUDES**. Se han de determinar y concretar los **OBJETIVOS, CONTENIDOS INFORMATIVOS** y las **ACTIVIDADES** que han de darse en el conjunto de la temporada deportiva, con todas las herramientas posibles (cuadernillos, premios, declaraciones, adhesiones, etc.)

Se dan cuatro valores claves:

a) **AUTOESTIMA**: debe fundarse en nuestra capacidad de actuar. MARINA TORRES (2003) entiende al respecto que *“prefiere usar el término de ‘sentimiento de la propia eficacia’ en vez de ‘autoestima’, porque me parece más real”*, esto implica una experiencia sobre metas concretas y logros en los que el niño puede realizar en las habilidades deportivas con las capacidades motrices su posibilidad de éxito al conseguir su propio nivel. La autoestima debe fundarse en la capacidad de actuar tanto en el error como en los aciertos que se dan en la práctica de las habilidades deportivas, especialmente fuera del diseño curricular de la educación física.

En la práctica del deporte se refuerza mediante la **SUPERACIÓN**, es el concepto que mide la aplicabilidad de este valor.

b) **TOLERANCIA**: Tolerancia al estrés, el esfuerzo o la frustración. Tolerancia con el otro. Si estos sentimientos se vuelven angustiosos, van a dificultar la toma de decisiones voluntarias. Se ha convertido frecuentemente en una equiparación de todas las opiniones y creencias. Es uno de los temas que están incluidos en las enseñanzas transversales de la antigua LOGSE. Los programas que hay para fomentar la tolerancia intentan crear hábitos apropiados, enseñando a detectar y a combatir el racismo, favoreciendo cambios emocionales, fomentando una identidad basada en la condescendencia, y en especial educando para la colaboración dentro del grupo, equipo o escuela deportiva. Se valora y expresa como un componente fundamental para la inclusión social.

Como expresión práctica se sustantiva en el **JUEGO LIMPIO**, es el término propio y su acuñamiento real en el mundo del deporte, seguramente es el más difundido ypreciado por la sociedad, que llega a verbalizarlo como **DEPORTIVIDAD**, en el significado más abierto del término deporte.

c) **RESPONSABILIDAD**: como compromiso o carga personal que se adecue al alcance de las posibilidades de los alumnos, asumiendo la parte que les corresponda, en el grado de cumplimiento.

Asumiendo los cuidados sobre tareas específicas en la actividad personal y en las referencias respecto al grupo o equipo. **COMPROMISO**.

d) **COOPERACIÓN**: como capacidad de actuar y aportar juntamente con otro miembro del grupo o con el equipo, relacionalmente establecer vínculos de grupo en el objeto común que se da en la práctica del deporte.

Sea con un individuo o con varios dentro del equipo deportivo, especialmente en condiciones cambiantes: con líderes, con otros niños no reconocidos dentro del grupo, etc. **SOLIDARIDAD**.

Para crear un plan de intervención y evaluación de los cuatro valores clave:



- A) Adhesión a los cuatro valores.
- B) Realizar una escala de evaluación de cada uno de los valores: aplicabilidad del PLAN DE ACTUACIÓN EN VALORES (PAV).
- C) Aplicación de valores por cada trimestre. Seleccionar un valor por trimestre con la promoción adecuada.
- D) Declaración del representante de valores: MODELO-ACCIÓN. El modelo-acción se basa en escoger una referencia (acontecimiento o persona) relacionada con el deporte. Especialmente con la iniciación deportiva.

Desde la opción del deporte se ha definido y se ha desarrollado la idea del “fair play” o juego limpio, proponemos a los alumnos que participan en nuestros programas, estar de acuerdo con:

ACUERDO CON EL JUEGO LIMPIO

- 1) Jugar siempre conforme a las reglas.
- 2) No discutir nunca con los árbitros y jueces. Cuando una cuestión sea discutible, dejaré que el entrenador, profesor o el capitán del equipo lo solucionen.
- 3) Recordar que estoy jugando porque disfruto con el deporte. Ganar es divertido, pero hay muchas otras cosas en el juego que también lo son.
- 4) Trabajar para dar lo mejor de mí y no desanimarme si no es lo mejor. Siempre habrá jugadores mejores y peores que yo.
- 5) Mostrar el reconocimiento y hasta la admiración por los buenos jugadores y por las buenas jugadas, incluso las de los adversarios.
- 6) Jugar limpio, siempre. Los tramposos no pueden sentirse orgullosos de sus logros.

¡Un gol al racismo!

Si no sufre racismo un profesional mediático, no tiene eco informativo



Salvador Rodríguez Moya

Doctor en Humanidades y miembro del grupo de investigación Estudios del Tiempo Presente de la UAL

Periodista de Canal Sur

Autor de los libros “Tarjeta Negra al racismo” y “Mordisco al racismo”

Después de investigar durante una década el fenómeno racista y, por extensión, la violencia en el fútbol, una de las conclusiones más evidentes es que este comportamiento nocivo es más preocupante en el deporte aficionado que en el profesional. Y no sólo en términos cuantitativos, que lo es, puesto que hay muchos más episodios en el deporte amateur que en la élite; en el fútbol profesional los gestos racistas son fáciles de detectar, si el árbitro no lo recoge en el acta, la televisión se encarga de revelarlo y los responsables de seguridad de denunciarlo. El problema en el fútbol canterano es la ausencia de mecanismos para erradicarlo, o al menos minimizarlo, que nos aleja de la cruda realidad: frecuentes episodios de violencia, racismo, xenofobia, sexismo,... No llega a la opinión pública pero, si te das una vuelta por cualquier campo, puedes comprobarlo sin que te lo cuente.

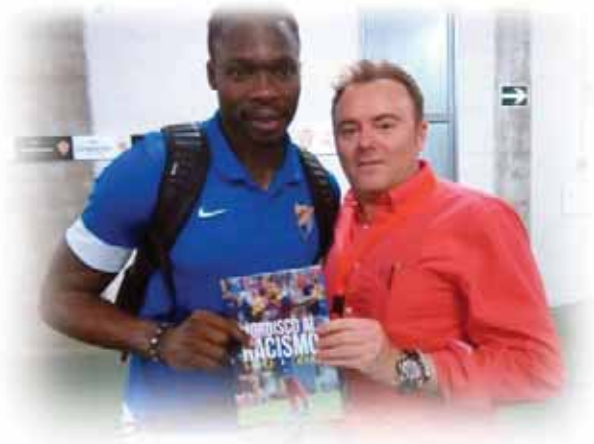
nuestro de cada día. Regalo a cualquier lector de este artículo un ejemplar de mi libro al que presencie un encuentro de fútbol y al término del mismo no haya escuchado cualquier impropio a alguno de los protagonistas en el césped.

En el fútbol creemos que vale todo y no es así. Es un problema de incultura y de falta de educación que no es fácil de corregir. Se necesita tiempo y prevención. No se pueden escatimar esfuerzos en tareas formativas y los entrenadores de cantera, por ejemplo, deben ser educadores no solo monitores. Los que mandan en el fútbol no deberían ahorrar un euro en educación en valores porque el germen está en la base y ahí es donde tenemos que sacar deportistas pero, sobre todo, buenas personas. He presenciado un partido de infantiles donde un padre le decía a su hijo “córtale las piernas”, ante el pique con un niño del otro equipo. Ese espíritu está impregnado en el fútbol y no se puede tolerar. Ocurre en Almería, Barcelona, Madrid o Sevilla. No es un fenómeno que podamos acotar geográficamente.

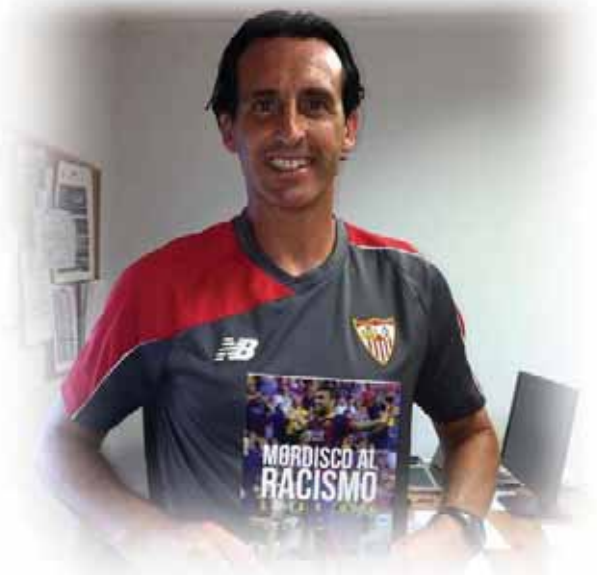
Se puede ser muy competitivo respetando al rival. En otros deportes el problema es menor, son casos más excepcionales, en el fútbol para lo bueno y para lo malo todo se sobredimensiona. No hay cosa más triste que un padre no lleve a su hijo a un estadio porque tiene miedo a los ultras o a las burradas que se escuchan. Y hay que escapar del que intenta justificar lo injustificable, el que piensa que los insultos racistas son para desestabilizar al rival por el color de su camiseta y no por el color de su piel. Una teoría que se desbarata en el momento que los insultos se hacen a los futbolistas de tu propio equipo. Que se lo digan a Kameni que le han tirado plátanos sus propios seguidores del Espanyol o a Emaná en el Betis.



Mi último trabajo literario, Mordisco al racismo, es un ejemplo de la repercusión mediática que un episodio racista, en este caso el sufrido por Dani Alves en El Madrigal, puede llegar a producir en la sociedad. Sin ir más lejos, un signo, un gesto, me dio para un libro. Sin embargo, ¿qué ocurre en esos partidos donde no hay cámaras, donde el colegiado pasa miedo o el futbolista se siente indefenso ante un público hostil? Por desgracia, si no sufre racismo un profesional mediático no tiene eco informativo o si no hay una paliza, no nos enteramos de las barbaridades que se dicen y es que los insultos, violencia verbal, es el pan



Los periodistas también tenemos que dar ejemplo y censurar al infractor; huir de tópicos que son un error: “El público es soberano porque paga”. Que yo sepa en el carnet de socio o entrada no hay ningún mensaje que diga que tiene derecho a insultar al árbitro o tirar un objeto al campo. Son rancias cantinelas desfasadas que tenemos que expulsar de nuestro vocabulario y de nuestra mente. Desde un rincón de Andalucía, quizás por el aluvión de inmigrantes que me rodeaba y que me hacía sensible a cualquier vulneración de la convivencia multicultural, un día me planteé estudiar estos temas en profundidad; primero con mi tesis doctoral Racismo en el fútbol profesional. Realidad social y dimensión mediática y después con su adaptación literaria Tarjeta Negra al Racismo que ha tenido el reconocimiento de las instancias del fútbol. ¡Qué paradoja! Es un orgullo que desde El Ejido, una tierra acusada injustamente de racista en términos absolutos, hemos sido capaces de llegar a la UEFA, CSD, LFP, RFEF, AFE,... y, por qué no decirlo, convertirme en un referente en el estudio y tratamiento de esta materia.



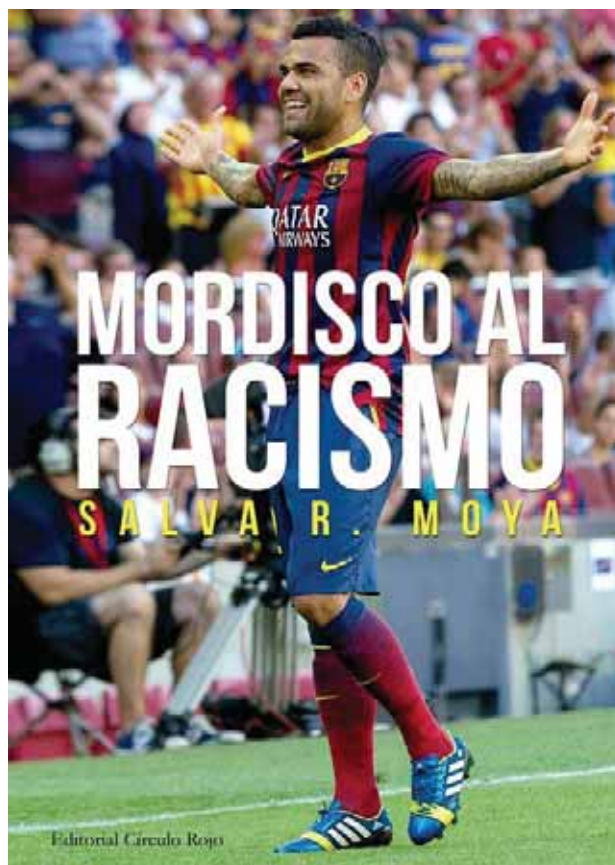
Es un tema incómodo, a nadie le gusta que le digan que es racista. Me preguntan muchas veces si el fútbol español es racista y mi respuesta es no. Es un reflejo y una tendencia de la propia sociedad, ni más ni menos, y aunque los episodios son excepcionales hay que ser implacables en el castigo para evitar, precisamente, que se conviertan en una moda peligrosa. Al menos me he empeñado, me hagan más o menos caso, de meter un gol al racismo y cada vez que tengo un foro donde condenarlo, como este, lo hago. Si removemos la conciencia de un padre que se “enciende” en un partido y esto le sirve para reflexionar, hemos dado un paso adelante.

Mis libros son un marcaje a los que mandan en el fútbol para que no se relajen; gracias al modélico gesto de Dani Alves en Villarreal cuando le lanzaron el plátano más famoso del mundo o gracias al amago de Samuel Eto'o con marcharse de La Romareda en 2006 porque le hacían el grito del ‘mono’, las autoridades reaccionaron. Ha sido una puntual declaración de intenciones, pasajera, con fecha de caducidad. No es suficiente. Hay que prevenir antes que curar. Como diría el conocido periodista deportivo, Roberto Gómez, en la presentación de mi

primer libro en Madrid, “nos acordamos de Santa Bárbara sólo cuando truena”. En otros países ni son más listos ni más buenos, simplemente lo sufrieron antes y antes se pusieron a trabajar en ello. La Premier, siempre lo digo, es un espejo donde deberíamos mirarnos por la profunda sensibilización de los ingleses en temas de intolerancia, discriminación y violencia racista.

En esta línea, lo primero que hay que hacer es reconocer que hay un problema y segundo, analizar el verdadero calado del problema. Y todo ello con campañas educativas en los clubes y asociaciones deportivas. Vuelvo al principio, es un tema de educación. Si un niño va a un estadio y ve como un adulto insulta al árbitro y el resto le ríe la gracia, se acostumbrará a ese ambiente y pensará que la agresión verbal es consustancial al espectáculo. No se puede permitir. Y más allá de medidas sancionadoras, no es costoso realizar charlas, ponencias o conferencias en materia preventiva para deportistas, entrenadores y familiares. No voy a arreglar el mundo, ni me considero tan importante para cambiar ciertas cosas pero, al menos, voy a seguir peleando para que nuestros hijos y nietos se encuentren un deporte más limpio, sano y amable. Se puede amar un equipo sin odiar al rival, se puede disfrutar de un triunfo sin ofender al perdedor. La deportividad es un valor añadido en el deporte.

La alegría del triunfo no está reñida con el respeto al perdedor. Rivalidad sana. No a la violencia. No al racismo. Cuando el Poli Ejido y el Almería estaban en Segunda, mis amigos celestes no se alegraban cuando perdían los rojiblancos, por eso son mis amigos. Los que se jactan del mal ajeno (rencorosos, dañinos, envidiosos,...) que no me busquen, no son de mi equipo y espero que del tuyo tampoco.



¡Usted es su padre, no su entrenador!

Los niños practican deportes por diversión. Olvidar esta máxima y generar presión en los hijos es el mejor camino para conducirles a que lo abandonen



Patricia Ramírez Loeffler

Psicóloga de la salud y el deporte. Escritora y conferenciante.

Máster en Psicología Clínica y de la Salud

Doctorado en Psicología Clínica y de la Salud

Artículo publicado en el periódico *El País* el 21 de septiembre de 2014.

"**M**e siento triste cuando mi padre me regaña después del partido. Me dice que no he jugado con intensidad, que así no seré nunca un jugador de Primera División, que fallo en los pases porque me falta concentración. Y mi madre le apoya. Dice que juego como si no me importara ganar. También me echan en cara que se gasten dinero en mí y que me dedican muchas horas llevándome y recogíendome del fútbol. A mí me gusta jugar al fútbol, me gusta aprender cosas nuevas, dar un pase de gol, estar con amigos, ganar, pero tampoco me importa mucho perder, porque eso es lo que nos dice el místico. Pero últimamente ya no disfruto, vengo a jugar los fines de semana nervioso, pensando que si no le gusto a mi padre, lo oíré gritar desde la banda, me dirá que me mueva, que espabile, y a veces me siento tan nervioso que no sé ni por dónde va el balón. Si vale la pena seguir viniendo cuando ya no disfruto. Pero si decido no jugar más, también les voy a decepcionar".

"Habla cuando estés enfadado y harás el mejor discurso que tengas que lamentar" Ambrose Bierce

Son muchos los padres y madres que acompañan a sus hijos a los partidos, competiciones y entrenamientos. Se sientan en la grada, observan, les dan directrices y se involucran en el deporte de sus hijos como si ellos fueran los que dirigen. Existen diferentes especímenes de padres y madres.

Los que asumen papeles positivos. Son aquellos en los que el interés del padre está en que su hijo disfrute de lo que hace.

El padre taxista. Acompaña a su hijo, le deja en el entrenamiento, le recoge. Suele ser un padre al que los deportes le gustan bastante poco, pero le interesa que su hijo sea feliz.

El padre positivo. Anima, refuerza, se preocupa por cómo han ido los partidos. Le transmite entusiasmo sin presión. Felicita al chaval por el mero hecho de jugar y entrenar.

El padre involucrado. Le gusta participar en las decisiones y propuestas del club. Se interesa por la formación de los chavales o porque el centro obtenga

ingresos. Este tipo de padres son activos en la divulgación de valores en el club y participan con cualquier acción que pueda mejorarlo.

Existen otros papeles, los negativos. Son aquellos en los que el comportamiento del padre influye negativamente en su hijo, generándole presión, exigiendo resultados y poniendo unas expectativas por encima de lo que el entrenador o el club esperan del niño.

El padre pesado. Se pasa todo el día hablando de lo bien que juega, nada o corre su hijo y de que apunta maneras. No presiona directamente al niño, pero sin querer le traslada que su valor como chaval está en el juego.

El padre entrenador. Grita directrices desde la banda, corrige a su hijo cuando se monta en el coche, incluso contradiciendo las indicaciones del entrenador. Genera confusión en el niño, que por un lado tiene una idea de juego que el profesional trata de inculcarle, y por otro, la versión de su padre o madre. En deportes como la natación, este padre está en la grada paseando de punta a punta de la piscina, cronómetro en mano, midiendo tiempos y apuntando en una libreta. No es de recibo crear presión en el niño con distintos mensajes. ¿A quién cree que debería obedecer su hijo?

El padre que se cree Cholo Simeone. Trata de motivar, transmitir garra, le pide al hijo que se entregue, que se esfuerce, que se deje la piel en la cancha, que trabaje, que compita como si se le fuera la vida en ello. Pero olvida algo muy importante: ni su hijo es un jugador de Primera División que tenga que ganarse la vida jugando ni él es el entrenador del Atlético de Madrid. Solo consigue que su hijo pierda de vista los valores que le transmite el club, donde normalmente prevalece la generosidad por encima de la individualidad, disfrutar y aprender por encima de los resultados, y el juego limpio por encima de competir a cualquier precio.

El padre que resta en todos los sentidos. Da gritos desde la grada, desacredita al místico, le dice a su hijo que no entiende por qué él no juega cuando sus compañeros son peores que él, se comporta de forma grosera con el rival, insulta al árbitro y otras impertinencias más. Es el padre del que cualquier hijo se sentiría avergonzado.

Los motivos por los que los padres pierden los papeles son diversos. Muchos esperan que sus hijos les saquen de pobres convirtiéndose en Nadales o Cristianos. Otros desean que su hijo gane todo porque sus victorias son sus propios éxitos, es la manera de sentirse orgullosos del chaval y presumir de él delante de sus amigos y en el trabajo. Otros proyectan la vida que ellos no pudieron tener. Otros no tienen ningún autocontrol. No lo tienen en el partido de sus hijos, ni cuando conducen, ni cuando se dirigen a las personas. Y por últimos están los que cruzan los límites sencillamente porque no tiene consecuencias. Saben que está mal, pero su mala educación o ausencia de valores les hace comportarse como personas poco cívicas y desconsideradas.

El valor está en hacer deporte, porque es una conducta saludable, pero sobre todo en ser capaces de divertirse y relacionarse con los amigos. Lo demás no importa. Si no le presiona para que se supere con la consola de videojuegos, ¿por qué lo hace cuando va a los partidos? En el momento en el que la palabra jugar pierde valor –“jugar al baloncesto”, “jugar al fútbol”, “jugar al tenis”–, su hijo dejará de disfrutar y no querrá seguir yendo.

Si es padre o madre, recuerde, por favor, que es un modelo de conducta para su hijo y para sus compañeros de equipo. A los hijos les gusta sentirse orgullosos de sus padres y, en cambio, lo pasan terriblemente mal cuando se les avergüenza. Ser modelo de conducta conlleva mucha responsabilidad, porque sus hijos copian lo que ven en usted. Y su forma de comportarse debe ser la ejemplar para que facilite el aprendizaje de una serie de valores que acompañan al deporte.



Ilustración de João Fazenda

Si como padre o madre desea sumar, tenga en cuenta el siguiente decálogo:

- 1) Recuerde el motivo por el que su hijo hace deporte. El principal es porque le gusta. Existen otros, como practicar una conducta sana, estar con amigos o socializarse. El objetivo no es ganar.
- 2) Comparta los mismos valores que el club. Busque un centro deportivo afín a su filosofía de vida.
- 3) No dé órdenes. Solo apóyele, gane o pierda, juegue bien o cometa errores.
- 4) No le obligue a entrenar más, ni a hacer ejercicios al margen de sus entrenamientos. Su hijo no es una estrella, es un niño. Aunque tenga talento, puede que no quiera elegir el deporte como profesión y solo lo practique por diversión.
- 5) No presione, ni dé directrices, ni grite, ni increpe, ni maldiga; no haga gestos que demuestren a su hijo que se siente decepcionado por su juego.
- 6) Respete a todas las figuras que participan en la comunidad deportiva: entrenador, árbitros, otros técnicos, jardineros...
- 7) Controle sus emociones. No se puede verbalizar todo lo que pasa por la mente. Las personas educadas no muestran incontinencia verbal.
- 8) Nunca hable mal de sus compañeros. Los otros niños forman parte del equipo. El objetivo grupal siempre está por encima del individual. Y hablar mal de sus colegas es hablar mal de la gente con la que comparte valores, emociones y un proyecto común.
- 9) Modifique su manera de animar. No se trata de corregir al niño, sino de reforzarlo.
- 10) No inculque expectativas falsas a su chaval, como decirle que es un campeón, que es el mejor y que si se esfuerza podrá llegar donde quiera.

La felicidad de los niños está por encima de todo. Siéntase siempre satisfecho con lo que haga, gane, pierda o cometa errores. Felicítelo por participar más que por competir.

Y recuerde que su hijo hace deporte para divertirse él, no para que lo haga usted.

"Disfruta del viaje, y deja de preocuparte por la victoria y la derrota"
Marr Biondi

El valor del deporte en la sociedad

El deporte debe ser utilizado como herramienta de cambio y transformación



Ismael Santos Rodríguez

Ex-jugador de Baloncesto.

Alpinista y Guía de Montaña

Artículo publicado en el periódico Marca el 5 de abril de 2013.

No hay ninguna otra disciplina que tenga el poder de arrastrar y unir a grandes masas (incluso países) como el deporte. Pero creo también que el deporte ha ido perdiendo ese valor añadido desde hace mucho tiempo, hasta llegar al momento actual en el cual su credibilidad como actividad formadora está totalmente en entredicho. ¿Por qué y cómo hemos llegado hasta este punto?

La explicación desde mi punto de vista es que **se ha caído en la trampa de no valorar el camino y perseguir sola y únicamente el resultado**, cayendo en las garras del famoso y conocido "el fin justifica los medios".

Y el resultado de esta manera de enfocar el deporte es el doping. Deportistas que han sido iconos, mitos y héroes durante muchos años van cayendo uno tras otro y con ellos van derrumbándose los sueños de muchas personas que han creído en ellos y que les han tenido como ejemplos a seguir durante mucho tiempo. Ellos por desgracia también se han dejado seducir por la gloria, la fama, el dinero, el éxito... pero a costa de qué. En esta sociedad capitalista en la que vivimos **se dice que todo tiene un precio en esta vida, pero yo digo que nuestros principios y valores no solo no tienen precio, sino que ni siquiera tendrían que estar en venta.**

Por el hecho de la enorme influencia que tiene el deporte y los deportistas en la sociedad, habría que tener mucho más cuidado en como utilizar este instrumento. Por ejemplo, el espíritu competitivo existente en el deporte de élite y tan ansiado por todo tipo de empresas para conseguir los mejores resultados es solo eficaz si se utiliza de forma correcta.

De lo contrario nos encontramos con lo que ha pasado en los últimos años, que ese **espíritu competitivo mal entendido** ha destruido todos los sentimientos de cooperación y solidaridad porque **se ha concebido el éxito no como el resultado del amor al trabajo bien realizado, sino como el estallido de la ambición personal y la supresión del miedo a no triunfar.**

El deporte no es solo una práctica puramente corporal. **Altera profundamente toda la persona, estimula distintas capacidades y dimensiones y fortalece y dinamiza sus múltiples inteligencias.** No solo la corporal o kinestésica, sino la emocional y social en especial, las cuales ayudan a cultivar las relaciones humanas.

El deporte practicado de un modo continuado **enseña a dominar y a canalizar emociones negativas y a expresar y a comunicar adecuadamente emociones positivas.**

El deporte es una actitud ante la vida. Hay en él una **defensa contra el anquilosamiento** y a través de él **se estimula la autotranscendencia.**

Practicar deporte requiere **disciplina y auto-control**, educándote en el **conocimiento y dominio de ti mismo.**

El deporte es una **escuela de valores nobles** como la lealtad, el sufrimiento, la fraternidad... siendo las virtudes de un buen deportista la lealtad, la obediencia, el espíritu de renuncia, la fidelidad a los compromisos, la modestia, la generosidad, la honestidad...

El deporte desarrolla el carácter, hace valiente a la persona, ayuda al desarrollo intelectual y fortalece la resistencia y la voluntad.

Por último, el deporte fortalece la **resiliencia** (capacidad de levantarte, adaptarte y ser flexible ante las situaciones nuevas y/o difíciles).

Después de mis 15 años como jugador profesional os puedo asegurar que lo más bonito que se te queda dentro no son ni los títulos ni el dinero ganado (los llamados objetivos), sino la manera en como uno ha recorrido el camino que lleva a la obtención de esos objetivos. Esa forma de recorrer el camino es la diferencia entre los verdaderos ganadores y perdedores y lo que da el auténtico sentido a practicar deporte. No vendamos pues el deporte como instrumento que ayuda a conseguir objetivos, victorias, "éxitos", fama, notoriedad...sino como escuela de vida que aporta valores que ayudan a conocerse a uno mismo y a crecer como persona, e instrumento que te ayuda a recorrer el camino de la vida de forma noble y auténtica.

Estoy seguro de que si desde mañana fuese ese el mensaje transmitido en todas las escuelas, desde todos los equipos profesionales y desde los medios de comunicación, la próxima generación no tendría necesidad de recurrir al doping porque para ella el objetivo no sería ganar a toda costa sino dar lo mejor de ellos mismos cada día y recorrer el camino lo más honestamente posible, sabiendo que esa es la verdadera victoria de un deportista.

Valores de igualdad en el deporte profesional

Un paso más para la equiparación de mujeres y hombres en el deporte



Jen Welter, entrenadora asistente de Arizona Cardinals, se convirtió en la primera mujer en formar parte de un “staff” de entrenadores durante un partido de la NFL, la misma noche en que Sarah Thomas hacía su debut como árbitro de manera oficial en pretemporada.

Jen y Sarah se saludaron antes el inicio del partido. No fue un saludo cualquiera. Fue una acción que derribó muros. En un mundo considerado exclusivo para hombres, la Liga Nacional de Fútbol Americano entró a una era nueva ese día. Se trataba de dos personas totalmente capacitadas para actuar en el nivel más alto de su profesión. Ni más ni menos.

Pero la caída de barreras de género en la NFL sigue la estela de la caída de barreras de género en la NBA. Violet Palmer y Dee Kantner fueron contratadas como árbitros de la NBA en 1997 y Lauren Holtkamp se convirtió en la tercera oficial femenina de la liga la temporada pasada.

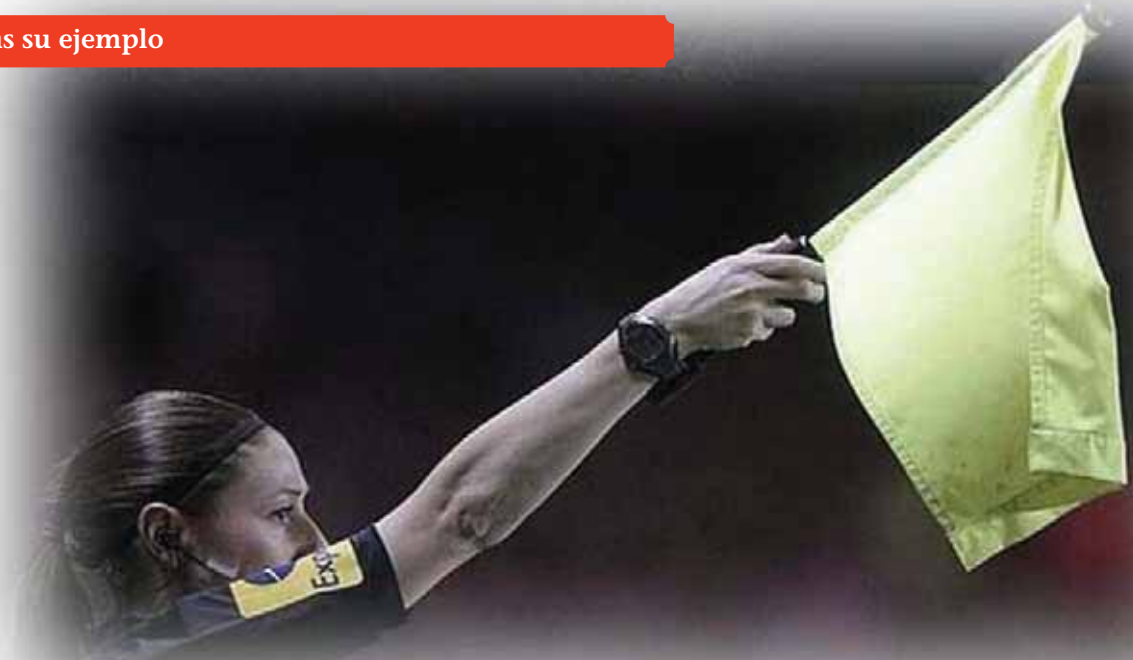
Becky Hammon se convirtió en la primera entrenadora asistente de la NBA con los San Antonio Spurs la pasada temporada. La destacada ex-jugadora de la WNBA no solo es la primera mujer en dirigir a tiempo completo en la NBA, sino que también es la primera en entrenar a hombres en cualquiera de los deportes más populares de Norteamérica. Más recientemente, los Sacramento Kings también contrataron a Nancy Lieberman, una ex-jugadora incluida en el Salón de la Fama, como asistente para el entrenador George Karl.

Los logros de todas ellas, por desgracia, aún parecen chocantes en un mundo como el del deporte masculino. Seguro que no son las únicas con talento que hay en el universo deportivo; ni el baloncesto o el fútbol americano los únicos deportes en los que puede haber mujeres entrenadoras o jueces. Las disciplinas masculinas, desafortunadamente, siguen pareciendo un coto cerrado para los hombres y el número de mujeres que logran acceder a los puestos de dirección o técnicos sigue siendo poco significativo.

La exclusión del género femenino de los puestos de responsabilidad tampoco es patrimonio único de los deportes. Las mujeres arrastran un largo historial de sexismo y discriminación de género y eso es algo que hay que intentar cambiar. Como ha ocurrido en otros ámbitos, las mujeres han tenido que ir superando barreras, explícitas e implícitas, e ideas preconcebidas creadas por estereotipos sociales y culturales que han generado desigualdad.

Pero si solo se considera a los hombres para entrenar a los equipos masculinos o para arbitrar en las grandes ligas, la mitad de la población estará siendo excluida. Tanto hombres como mujeres reúnen cualidades, competencias y formación equivalentes para solventar las dificultades que puedan surgir en la dirección de equipos o en la aplicación de reglas.

Y es que, aunque todavía queda mucho por hacer, todos estos nombres femeninos antes citados, y los que vengan después, harán que el deporte sea un poco más igualitario.



El valor de un despropósito

Violencia de género en los estadios

Minuto 5 del partido de Segunda andaluza entre el Tesorillo y el Jédula, disputado en el municipio gaditano de San Martín del Tesorillo el pasado 22 de febrero. El árbitro pita penalti en contra del equipo local e indigna a la hinchada.

Sin embargo, la ira de parte de la grada y de un jugador local se centra en Laura Jiménez, de 21 años, árbitra asistente del encuentro, a la que le dedican graves insultos como “guarra”, “zorra”, o frases como: “Ojalá Franco levantara la cabeza y os mandara a vuestro sitio, que es la cocina”; “Vete a fregar, que este no es tu sitio”; “deja el banderín, los únicos palos que puedes agarrar son de fregonas”.

La Unión Deportiva Tesorillo rechazó los hechos y pidió perdón a la asistente en un comunicado. Además, anunció la decisión de apartar “definitivamente” al jugador que también la insultó.

El mismo día del partido por la noche, Laura escribió en su muro de Facebook su versión de los hechos. “Hoy he vivido la situación más lamentable en el arbitraje desde que empecé hace ya siete añitos”, comenzó. “Durante los 90 minutos no escuché ni un solo insulto por cómo estaba arbitrando, todos se limitaban a descalificarme como mujer”.

El mundo arbitral, sobre todo en estas categorías, siempre ha estado muy desprotegido y la incorporación de la mujer es complicada. A la hora de enfrentarse a las duras categorías regionales, su género sale a la luz entre los comentarios a los que debe hacer frente cada partido.

El fútbol ha sido por tradición un medio masculino, por lo que la presencia de una mujer es notoria y más si es la encargada de impartir justicia en condición de árbitro.

Además, en las categorías regionales y provinciales no es obligatorio que haya cuerpos de seguridad del

Estado en los campos de fútbol. Entre otras cosas, porque no hay tantos miembros de seguridad para cubrir tamaña cantidad de partidos.

Pero el día a día va demostrando que la mujer está haciendo un gran esfuerzo por estar presente en el deporte, como en todos los ámbitos de la vida. En el tema del arbitraje cada vez hay más chicas participando en los partidos, ya sea como principal o asistente.

Sin embargo, la labor que todos los fines de semana estas chicas y, en general, todo el grupo de árbitros hacen en los terrenos de juego no está reconocida como debería.

Pero todo lo ocurrido no ha borrado la sonrisa de la cara de la protagonista de esta historia, Laura Jiménez, que continúa arbitrando sin miedo a estar en un mundo que aún se le resiste a su género.

“¿Quitarme las ganas? que va, todo lo contrario, me dan más ganas de seguir, para poder demostrar todo lo válida que soy”.



Gestos para rechazar

Boca-River, Fútbol.



El encuentro de vuelta de los octavos de final de la Copa Libertadores, el partido del año en Argentina, se suspendió porque un tipo encapuchado logró introducir gas lacrimógeno en el túnel de vestuarios que, en teoría, debía proteger la salida de River a uno de los campos más peligrosos del mundo.

Tras el descanso, los futbolistas del equipo visitante volvían al terreno para reanudar el juego, pero falló la seguridad y quedaron expuestos ante los "barras bravas" locales, quienes arrojaron gas pimienta a su paso por el túnel.

La sustancia utilizada provocó ceguera temporal y ardor en los ojos de los jugadores visitantes, además de quemaduras de primer grado. Durante más de una hora se intentó de todo para volver a jugar, pero varios futbolistas de River seguían con los ojos rojos y muy afectados. El partido se suspendió pero buena parte de la hinchada de Boca Juniors no quería irse del campo de ninguna manera. Se quedaban para abuchear a River Plate, para tirarle de todo. Finalmente los riverplatenses tuvieron que recorrer una larga pasarela cubiertos por los escudos policiales.

Los espectadores que fueron a La Bombonera a presenciar un espectáculo deportivo terminaron viendo como éste se convertía en una de las noches más tristes del fútbol argentino.

Ben Flower Rugby League

Habían transcurrido solo un minuto y cuarenta segundos del partido cuando Ben Flower, delantero del Wigan Warriors, se revolvió sobre Lance Hohaia, del St. Helens y le asestó un puñetazo en el rostro que lo tumbó. Hohaia cayó a plomo, aturcido, pero no se esperaba lo que le venía encima. Flower se fue al suelo con él y le volvió a golpear muy violentamente con un directo al rostro. Fue un golpe tremendo, de una violencia inusitada y cargado de rabia.

Los árbitros no tuvieron más remedio que mostrarle la cartulina roja a Flower, lo que le convirtió en el primer jugador expulsado en una Grand Final de la Super League. Ben Flower pasará a la historia, pero no precisamente por algo positivo.



Vincenzo Nibali Ciclismo

El ciclista Vincenzo Nibali fue expulsado de la Vuelta a España 2015 después de que los jueces decidieran investigar un vídeo en el que se le veía agarrarse al coche de su equipo y remontar posiciones rápidamente.

Nibali se vio cortado tras una caída y, en las imágenes del video, se aprecia cómo avanza posiciones para tomar la cabecera del grupo. En ese momento, el coche de su equipo se acerca y el italiano empieza rápidamente a ganar distancia con el resto de ciclistas que le acompañaban, situación que está totalmente prohibida.

La organización de la Vuelta decidió que la acción era ilegal y el italiano fue expulsado de la competición.



Tonya Harding Patinaje

Durante los Campeonatos Americanos de Patinaje Artístico de Detroit, en 1994, el marido y el guardaespaldas de Tonya Harding contrataron a un "matón" para que atacara a su máxima rival, Nancy Kerrigan.

Cuando Kerrigan terminó un entrenamiento, fue golpeada en una rodilla con una barra de metal. Nancy Kerrigan pudo recuperarse a tiempo y, un mes después, fue medalla de plata en las Olimpiadas de Lillehammer. Harding quedó cuarta.

La investigación policial demostró que Tonya Harding también estaba implicada en el ataque. Tras esto, la Federación Americana de Patinaje Artístico la suspendió de por vida y fue declarada persona non grata.



Gestos deportivos para aplaudir

Alejandra Ayala, Baloncesto.



Hace unos meses una noticia sacudía el mundo del baloncesto: Ana Rodríguez, jugadora preinfantil del CD Heidelberg de Gran Canarias fallecía durante el transcurso de un encuentro. Este terrible suceso no quedó en el olvido para Alejandra Ayala, jugadora del Luther King de Tenerife, que dio una lección de compañerismo.

Su equipo conseguía ser campeón de Canarias de la categoría, siendo la primera vez que Alejandra conseguía un triunfo de esta envergadura. La niña saltaba y celebraba el triunfo con sus compañeras hasta que llegó el esperado momento de la entrega de medallas. Allí, entre los nervios de todas las jugadoras y ya con la condecoración alrededor del cuello, Alejandra se quitaba la medalla, la besaba y se acercaba al director deportivo del Heidelberg para que fuera entregada a los padres de Ana.

Alejandra prefirió recordar la memoria de la jugadora antes de poder conservar aquella medalla como recuerdo, algo que desde el club grancanario fue agradecido de manera sincera.

Horas más tarde, al aeropuerto de Los Rodeos de Tenerife llegaba solo una niña sin medalla pero llena de los valores que su familia, su colegio y el baloncesto le han sabido inculcar.

Fundación Chelsea Fútbol

La Fundación del Chelsea F.C. crea en sus escuelas de España un innovador método por el que las protestas de los chicos (y de sus padres) se prohíben.

Eso es lo que proponen las escuelas de fútbol de la Fundación Chelsea, implantadas en España por ahora en dos ciudades: Málaga y Madrid. Un partido de niños sin protestas, sin tacos por parte de los padres en la banda, con respeto y con valores.

Un modelo en el que los padres y los chicos y chicas están obligados a firmar un código de conducta en el que las protestas al árbitro o al rival y el respeto a las decisiones del propio entrenador son exigidas para pertenecer al equipo.



Tim Smyczek Tenis

La victoria de Rafael Nadal en la segunda ronda del Open de Australia estuvo marcada por un gesto muy deportivo del tenista norteamericano Tim Smyczek, justo cuando el español servía para ganar el partido.

Con 30-0 a su favor, Rafa falló al saque al desconcentrarse por culpa del grito de un aficionado. ganó el punto y podría haber apretado aún más el marcador.

Pero el norteamericano, en un gran gesto, pidió al árbitro del partido que se repitiera ese saque.

No es algo muy común en el deporte hoy en día, donde se enfatizan más las rivalidades o la agresividad en estos partidos.



Utah Jazz Baloncesto

JP Gibson, tiene 5 años y sufre leucemia. Su gran sueño era jugar con los Utah Jazz y lo consiguió.

En 2012 le diagnosticaron una tipo grave de leucemia. En uno de esos gestos que hacen grande al deporte, los Utah Jazz le ficharon por un día e incluso le pusieron a jugar en el partido.

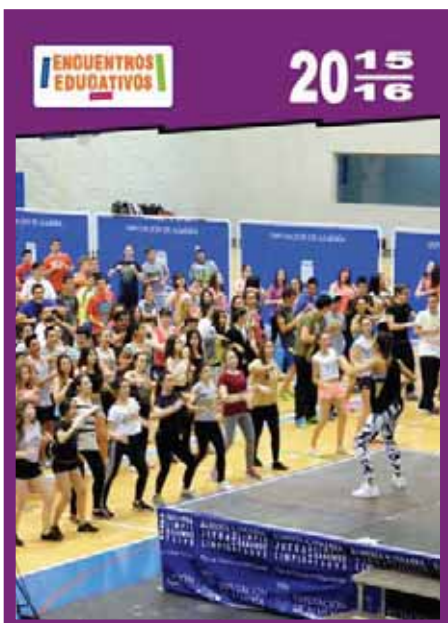
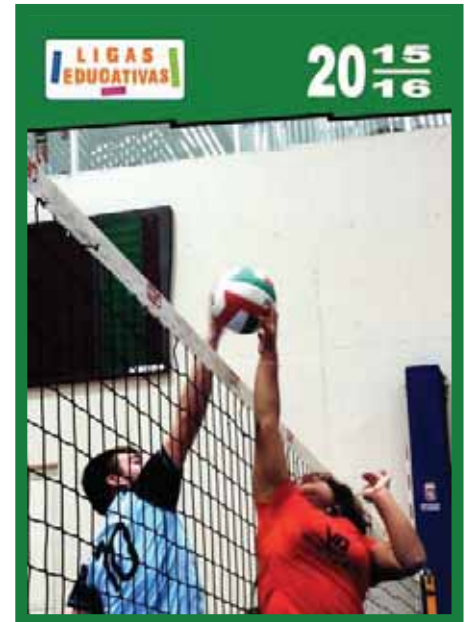
Firma, presentación a la prensa y todo el protocolo para un niño que jamás olvidará ese momento.

JP, que llevaba una camiseta con el número 1, incluso llegó a jugar en el partido. Le pasaron el balón y avanzó a la línea donde un jugador de Utah lo levantó para que pudiera machacar la canasta.



JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES
 DEPORTE EDUCACIÓN SALUD

20¹⁵/₁₆



¡por un deporte educativo, saludable y divertido!

DEPORTE

JUEGOS DEPORTIVOS PROVINCIALES

EDUCACIÓN

SALUD



DEPORTE
**ALMERÍA,
 JUEGA
 LIMPIO**
 SALUD
**JUGANDO
 LIMPIO
 GANAMOS
 TODOS**
 EDUCACIÓN

DEPORTE
**ALMERÍA,
 JUEGA
 LIMPIO**
 SALUD
**JUGANDO
 LIMPIO
 GANAMOS
 TODOS**
 EDUCACIÓN

