



ASOCIACIÓN VIEIRO

XOGO LIMPO

Curso de prevención deportiva

1.- Presentación e xustificación.

2.- Obxectivos.

3.- Poboación destinataria.

4.- Metodoloxía

5.- Contidos

6.- Lugar de celebración

7.- Duración



ASOCIACIÓN VIEIRO

1.- PRESENTACIÓN E XUSTIFICACIÓN

O deporte é un instrumento chave a través do cal promover formas de vida saudables e determinados valores sociais (solidariedade, cooperación, tolerancia...), onde se comparten aprendizaxes co grupo de iguais e que está relacionado directamente co sentido de pertenza e integración grupal.

Aínda que a realización do deporte ten un efecto positivo que pode brindar distintas oportunidades (xogar e divertirse, competir, manter unha boa saúde mental, manterse en forma, desenvolver o compromiso, lealdade, perseveranza..., etc), tamén pode ir asociado a practicas mal entendidas e a outros aspectos menos positivos: (violencia, impaciencia, falta de respecto...).

O ámbito deportivo, polo tanto, encerra numerosas posibilidades para a educación e a formación de nenos/as e adolescentes, aprenden os valores que a sociedade lles transmite, dos modelos e das persoas significativas que os observan (pais/nais, adestradores, amigos/as...), dos resultados que conseguen cos seu esforzo, etc.

Dende a prevención consideramos estes valores e aprendizaxes como factores de protección ou beneficios que poden desenvolverse potencialmente dende o deporte, e que poden previr futuras condutas de risco, entre elas as aditivas.

Ante esta realidade a Asociación Vieiro aposta pola implementación dun curso de prevención deportiva: “Xogo Limpo” que se basea na promoción de valores a través do fomento da regulación emocional, da tolerancia á frustración..., ferramentas imprescindibles na maduración persoal que supoñen un recoñecemento para motivar aos mozos/as a desenvolver as súas habilidades físicas e sociais con comportamentos e actitudes axeitados que xogan un papel moi importante no axuste psicolóxico e no desenvolvemento psicosocial dos mozos/as contribuindo a mantelos afastados de prácticas de risco.



ASOCIACIÓN VIEIRO

Por outra banda o programa ofrece aos xogadores, adestradores, directivos e técnicos dos clubs deportivos información acerca dos efectos, riscos e consecuencias do consumo de sustancias e do mal uso das novas tecnoloxías. No caso dos adestradores e demais equipo técnico tamén se ensinan pautas de detección das adiccións co fin de que actúen de mediadores/as para a derivación de posibles casos.

2.- OBXECTIVOS

- Difundir o valor do deporte para a formación de persoas.
- Concienciar a sociedade da necesidade de colaborar para eliminar a violencia e o consumo de drogas no deporte.
- Ofrecer aos adestradores, directivos e deportistas ferramentas para o control da violencia no deporte e outras condutas de risco que afectan ao desenvolvemento dos mozos/as.
- Potenciar as habilidades e outros coñecementos que incrementen os factores de protección dos deportistas.
- Contribuír a promocionar unha conciencia cidadán crítica ante o consumo e incrementar os factores de protección persoal adquirindo habilidades, coñecementos e actitudes que reduzan o consumo ou impidan o seu inicio.
- Dotar de información acerca das adicción relacionadas co consumo de sustancias e co mal uso das novas tecnoloxías.

3.- POBOACIÓN DESTINATARIA

Clubs deportivos do Municipio de Carballo



ASOCIACIÓN VIEIRO

4.- METODOLOXÍA

O/a profesional encargado do desenvolvemento do curso utiliza unha metodoloxía pedagóxica activa tratando de aunar os sistemas clásicos de comunicación baseada na dinámica de grupos e no fomento da participación dos asistentes que trata de ser o máis dinámica posíbel e con apoio de material audiovisual.

Utilizarase o método de ensino activo, progresivo, de reforzo, en grupo cunha atención e orientación individualizada e estratexias de influencia e desenvolvemento de competencias.

O curso desenvolverase en formato de sesións presenciais cos grupos de xogadores que se adscriban segundo a idade e a categoría deportiva.

5.- CONTIDOS

O programa está composto por diferentes liñas estratéxicas:

Liña 1: Campaña de carteis nos campos de fútbol do municipio

Distribución de carteis co lema *“O mellor vieiro é o deporte”* e o teléfono de contacto da Asociación nas instalacións deportivas do municipio co fin de dar visibilidade e acceso a este recurso.

Ademais instalaranse no campos de fútbol do concello un cartel para pais e nais de deportistas e espectadores/as con pautas acerca da actitude e as condutas que se recomentan nas gradas co fin de concienciar e reducir a agresividade nos campos (respecto ás decisións arbitrais, non gritar aos xogadores/as, etc.)

Liña 2: Achegar aos diferentes clubs deportivos a carteira de servizos de Vieiro para que coñezan a oferta de programas existente.



ASOCIACIÓN VIEIRO

Esta liña estratéxica está encamiñada a proporcionar información sobre a Asociación Vieiro e os servizos que presta con intención de colaborar conxuntamente na derivación e detección de condutas de risco no ámbito deportivo.

Liña 3: Formación de directivos, técnicos deportivos e adestradores dos clubs deportivos como axentes de saúde e prevención.

Sesións dedicadas a formación dos axentes deportivos onde se proporcionarán pautas para a detección de condutas de risco relacionadas co consumo de sustancias e tamén as derivadas do mal uso das novas tecnoloxías: Internet, videoxogos, redes sociais, etc.

Poñeremos especial atención á potencialidade dos adestradores como axentes de saúde e prevención.

Liña 4: Xornadas preventivas para os xogadores “Xogo Limpo”

Sesións teórico-prácticas onde se traballaran diferentes habilidades adaptadas a cada etapa evolutiva, segundo as categorías.

A intervención cos xogadores pode ser dividida en dous compoñentes:

1. Un compoñente de **control emocional** deseñado para dotar aos xogadores/as de técnicas para o afrontamento da ansiedade e a ira e a xestión de emocións. Esta intervención está destinada a todos/as xogadores/as.
2. Un compoñente cognitivo deseñado para presentar **información** relativa ás consecuencias a curto e a longo prazo do consumo **de sustancias** e tamén dos riscos asociado ao **mal uso das novas tecnoloxías**: estafas, delitos, protección de datos, descarga de aplicacións pouco recomendables, adicción aos videoxogos, etc.



ASOCIACIÓN VIEIRO

6.- LUGAR DE CELEBRACIÓN

Nos clubs deportivos

* de non dispoñer de espazo para a realización das sesións, poderíase buscar a cesión dun local para tal fin, como por exemplo o Centro Xove ou a Biblioteca Rego da Balsa).

7.- DURACIÓN

A duración é diferente para cada liña estratéxica, polo que é necesario poñerse en contacto coa entidade para acordar datas e duración.

No caso das sesións formativas e informativas, estas teñen unha duración aproximada de hora e media por sesión.