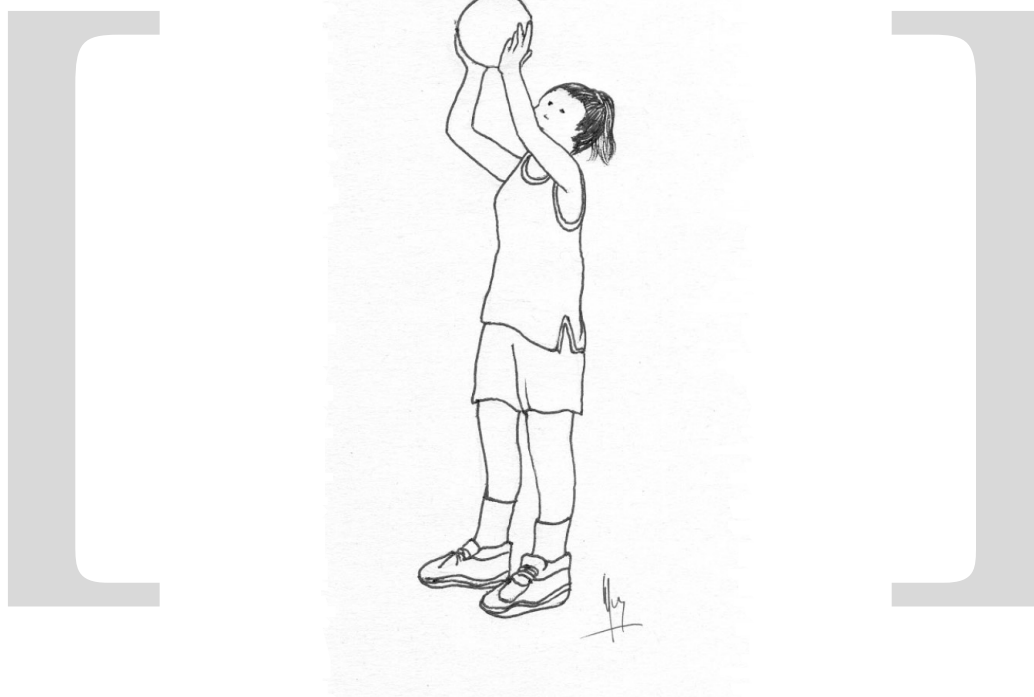


full d'assessorament *de* l'escola de pares de la **FaPaC**

COORDINADOR DEL SERVEI: MARTÍ COSTA



L'ESPORT EXTRAESCOLAR: UN ESPAI EDUCATIU

L'esport és una activitat extraescolar de gran acceptació que possibilita el desenvolupament de molts valors i hàbits, sovint difícils de concretar en l'àmbit escolar.

L'esport té potencial per a desenvolupar un programa educatiu complet, per això abordem el tema en aquest full amb la voluntat de donar elements de reflexió i eines per a construir un model d'esport extraescolar en el qual participació, treball en equip, autoconfiança, coneixement de l'altre, equilibri i esforç es prioritzen enfront de la competitivitat, competència desmesurada, agressivitat i violència.

L'esport ha de ser una eina afavoridora del clima educatiu que envolta els més petits o joves, però la seva complexitat i varietat de formes ens obliga a la reflexió per superar tòpics i aprofundir en la seva vessant educativa. Aquest full vol ser una eina més perquè les AMPA i tothom qui educa hi trobin punts de reflexió i propostes per a la millora de les activitats esportives extraescolars. S'hi reflecteixen aquells punts que, des de la FAPAC, s'identifiquen com a objectius claus.

PER QUÈ ÉS BO QUE INFANTS I JOVES FACIN ESPORT

L'esport és l'activitat més acceptada entre els joves; contràriament l'esforç físic cada cop és menys una necessitat vital. Un exemple el tenim a casa mateix, on s'ocupen hores il·limitades amb els videojocs, les pel·lícules o els missatges. La vida se'ns ha fet més còmode, alhora que la inactivitat física s'ha apoderat de nosaltres.

Dades fetes públiques mostren com el sedentarisme i l'excessiu consum de calories es perfilen com a problemes que cal atendre amb urgència. El *Llibre blanc de l'esport a Catalunya* ens diu que, del total dels nostres infants, només un 50% dels nens i un 32 % de les nenes practiquen algun tipus d'esport (sense comptar l'assignatura d'Educació Física). Les interpretacions són diverses, però, el cert és que allò que hauria de ser universal és practicat per una minoria.

En canvi, l'esport practicat des d'edats primerenques afavoreix el desenvolupament físic dels infants, alhora que l'ús adequat de l'esport esdevé un generador de valors personals i socials.

L'esport practicat des d'edats primerenques afavoreix el desenvolupament físic dels infants, alhora que l'ús adequat de l'esport esdevé un generador de valors personals i socials.

QUINS SÓN ELS VALORS EDUCATIUS DE L'ESPORT

El que és educatiu de la pràctica de l'esport no és únicament l'aprenentatge de tècniques o tàctiques, ni tampoc els beneficis físics o psíquics d'una bona preparació esportiva. El que és realment educatiu són les condicions en les que es desenvolupen aquestes pràctiques, que sempre haurien d'afavorir l'autoestima, conèixer-se, tenir seguretat i confiança en un mateix, ser responsable, saber elegir...

És feina de l'entrenador cercar estratègies perquè els nostres infants adoptin actituds i maneres que els faci créixer en el coneixement, l'afectivitat i les relacions socials.

El que dona valor educatiu a l'esport és la intencionalitat amb la que es practica. Qualsevol intervenció educativa ha d'estar impregnada de valors i ha d'afavorir el desenvolupament harmònic dels infants. Malgrat el risc de donar-ne una visió esbiaixada, els valors implícits i explícits de l'esport els agruparem en dos grups:

- Valors personals-
- Valors socials.

En l'àmbit personal: En l'àmbit social:

- Autoconeixement.
- Participació o cooperació.
- Autonomia.
- Respecte.
- Responsabilitat.
- Honestat.
- Autocrítica.
- Capacitat crítica.
- Autocontrol.

EL SENTIT LÚDIC I RECREATIVU DE L'ESPORT EXTRAESCOLAR: UNA VESSANT EDUCATIVA DE PRIMER ORDRE

L'esport extraescolar ha de ser lúdic, recreatiu i educatiu i ha de permetre desenvolupar als nens i nenes individualment i col·lectiva. Vet ací alguns indicadors que ens permetran valorar-ne la idoneïtat:

La *voluntarietat*. Ha de permetre que els nostres infants facin esport tot sentint-se a gust i feliços.

Lúdic i voluntari no vol dir sense normes, al contrari. Vet ací dues realitats aparentment enfrontades a les que els entrenadors, en tant que educadors, hauran de trobar respostes que s'ajustin a les necessitats de cada noi o noia.

Als pares i les mares els toca copsar la idoneïtat de l'activitat esportiva escollida pel seu fill o filla; no oblidem que les voluntats dels fills no sempre es corresponen amb el més convenient. En qualsevol cas, tota decisió ha d'estar

precedida pel diàleg i el pacte.

Què fer per a resoldre conflictes a l'hora de decidir l'activitat més adequada per als seus fills/es:

- Adoptar actituds dialogants.
- Donar als fills o filles arguments ben construïts en pro o en contra, adaptant-los al seu nivell de comprensió.
- Oferir-los alternatives motivadores. Cal tenir en compte els seus gustos, les seves capacitats i habilitats, però, també, aquells espais o aquelles situacions en què sabem s'hi troba còmode. Facilitarà la tasca que el nucli familiar tingui moments d'oci col·lectius en què tothom s'ho passi bé.

L'*espontaneïtat*. És un valor que té un fort pes en les activitats extraescolars, especialment en l'esport. Aquesta circumstància potencia l'actitud positiva dels nostres infants i, afavoreix l'adquisició de valors a partir de les intervencions educatives dels monitors.

Què fer els pares i les mares perquè els infants valorin la riquesa de l'espontaneïtat tot acceptant l'ordre col·lectiu:

- Comentar amb els fills o filles les activitats fetes i com s'hi han sentit.
- Fer-los parar atenció que és possible sentir-se bé i fer sentir bé els altres (no es tracta de fer interrogatoris, sinó de tenir converses com les que tindríem entre adults).

La *divergència* És el resultat de contraposar les actituds personals i les de grup: el treball personal enfront del treball de grup, la relaxació personal enfront les exigències imposades pel grup,...

- Els infants sotmesos a situacions de divergència tenen la possibilitat de fer créixer i de reafirmar la seva pròpia personalitat.

El *risc*. És un component molt propi de l'esport en tant que no són previsibles les accions ni l'efecte d'aquestes.

Què fer els pares i les mares perquè els infants valorin la riquesa del risc tot acceptant l'ordre col·lectiu:

- És una bona oportunitat per acostumar els nostres fills a llegir el món en positiu. El fet que les coses no siguin sempre de la mateixa manera o com ens agradarien, pot despertar en els infants un estímul important per créixer i per ser valents davant situacions imprevistes.

La *presa de decisions* és una bon aprenentatge que nens i nenes podran aplicar fàcilment a la seva quotidianitat.

Què fer els pares i les mares perquè els infants reafirmen la seva autoestima en copsar que són capaços de prendre decisions:

- Valorar les decisions positives preses pels infants, tot manifestant el nostre goig i estima.
- Substituir retrets com ara: "No serveixes per l'esport", "no siguis tan indecís", "no seràs mai un bon esportista", etc, per: "estic content de tu", "amb una mica més d'esforç milloraràs", etc.

QUAN SÓN EDUCATIUES LES ACTIVITATS ESPORTIVES

Vet ací alguns aspectes clau:

- *Vinculació amb la línia pedagògica del centre*

Les activitats esportives extraescolars, no poden quedar al marge dels principis recollits en el projecte educatiu del centre. Es podrà garantir el caràcter educatiu de totes les activitats i l'aplicació de les mateixes pautes de conducta si es vetlla per la comunicació entre els monitors i els mestres de l'escola.

Les activitats esportives extraescolars, no poden quedar al marge dels principis recollits en el projecte educatiu del centre.

- *Les actituds dels educadors no pot quedar en entredit*

No és menys rellevant el paper que han tenir els pares, mares o acompanyants a les activitats de competició. Són preocupants algunes sovintejades manifestacions espontànies d'alguns pares, mares o acompanyants en les competicions esportives extraescolars que tenen lloc els caps de setmana. Pares, mares i educadors no podem mostrar conductes impregnades d'injustícia, d'intolerància o de violència. Els adults som models per als més petits i, en situacions com les esmentades, els nois i noies s'emmirallen en les actituds i comportaments dels adults.

- *Qüestionem-nos l'esport de competició*

És lloable la feina que duen a terme les federacions i les entitats esportives en el seu esforç de consolidar un model esportiu català, on hi juga un paper important l'esport en edat escolar.

S'ha de dir, però, que per a molts pares i mares no es fa gens fàcil la resposta a les aspiracions més o menys fantasioses dels fills i filles, o d'ells mateixos, a l'hora de prendre decisions respecte a l'esport extraescolar. És freqüent que, en parlar de l'esport dels infants, hom pensi que el seu fill o filla té unes qualitats excel·lents i que pot aspirar al més alt reconeixement esportiu i social. Es pensa massa de pressa en l'esport federat, quan potser aquestes consideracions ens poden distanciar de la realitat més propera. Caldrà analitzar serenament la situació i, des de la reflexió compartida, valorar la conveniència d'optar pels compromisos que implica el federar-se. Per a què un infant gaudeixi de l'esport, no és necessari plantejar-se fites tan ambicioses que, tard o d'hora, deixaran de ser fites educatives.

L'ESPORT EXTRAESCOLAR UN COMPLEMENT A L'ESPORT ESCOLAR

L'esport escolar, que forma part de la programació del sistema educatiu, afavoreix la participació de tots els alumnes en igualtat de condicions, alhora que fa les adaptacions que calgui per aquells alumnes que, requereixen un tractament específic degut a les seves condicions físiques, psíquiques o socials.

Igualment, l'esport fora de l'horari escolar ha de ser una eina complementària a l'acció docent, per tant, caldrà vetllar per a què en cap cas es discrimini a ningú. El respecte per la diferència ha de fer-se present en totes les activitats, sense oblidar que en parlar de

diversitat s'està parlant, també, d'igualtat d'oportunitats en relació al gènere. Les diverses modalitats d'esport extraescolar s'han d'oferir indistintament a nens i nenes, la qual cosa ens obligarà a fer propostes agosarades i programes específics que potencin la incorporació de les noies en aquells esports on domina el sexe masculí.

COMPETICIÓ I EDUCACIÓ SÓN COMPATIBLES?

Els mestres no preparen als seus alumnes solament per aprovar l'examen final, no es pot, doncs, pretendre que l'esport en l'edat escolar s'orienti únicament cap al triomf en la competició.

Competició i educació se'ns poden presentar com realitats diferents i incompatibles; però no ho són donat que:

- Podem promoure-hi l'aprenentatge en el respecte i en la convivència.
- Podem evitar el model competitiu extrem que col·loca el guanyar com a fi que s'anteposa a qualsevol altra finalitat.

Fem-nos nostres les recomanacions per als més joves del grup de treball sobre "Ètica i valors a l'esport escolar català":

- Entreno, jugo i competeixo per passar-m'ho bé i per formar-me com a persona.
- Intento guanyar, però sé que no és el més important.
- Sóc responsable, em comprometo amb els companys i les companyes i amb l'entrenador/a.
- Sóc part d'un equip.
- Accepto la importància de respectar el reglament i sobretot la feina d'aquells que assegurin el seu compliment.
- Sense regles ni àrbitres no puc jugar.
- No m'agraden els fanatismes, per animar no cal menysprear ningú.
- Anima'm, però respecta els altres.

QUINS MONITORS NECESITEM

El voluntariat, és encara la solució per a fer possible el funcionament d'activitats esportives, que altrament no serien viables. És digne d'elogi l'esforç de moltes persones voluntàries que, amb el seu treball sovint a l'ombra, han fet possible la motivació dels més petits per l'esport.

No obstant, si volem avançar en l'educació del lleure dels nostres infants, cal que la formació i reciclatge de les persones que estan duent a terme aquestes activitats sigui el primer objectiu a assolir. Cal potenciar activitats esportives concordants amb les necessitats dels infants d'avui i cal revisar les metodologies i tècniques que apliquen els nostres monitors per fer de la pràctica esportiva un espai d'intervenció educativa. Cada cop més, entitats públiques i privades, ofereixen gran quantitat de xerrades, cursos o tallers de formació especialment adreçats a persones que opten per l'educació en el temps lliure dels infants.

COM HAURIA DE SER EL MONITOR QUE FACI ACTIVITATS ESPORTIVES.

Vet ací un possible perfil de monitor o monitora:

- Ser major d'edat.
- Tenir el títol de monitor en el lleure i conèixer l'esport corresponent.

- Saber-se adaptar a situacions noves.
- Conèixer tècniques i estratègies per a la resolució de conflictes.
- Tenir bona empatia amb els infants.
- Ser ordenat, constant i sistemàtic en les actuacions.
- Ser autocrític.
- Saber donar pautes o instruccions clares.
- Tenir bona relació amb els mestres del centre on treballa.
- Tenir disponibilitat per a reciclar-se periòdicament.
- Saber treballar en equip.

No es pot pretendre que l'esport en l'edat escolar s'orienti únicament cap al triomf en la competició.

A L'AMPA VOLEM OFERIR ACTIVITATS ESPORTIVES, PER ON COMENCEM?

Primer cal que la junta de l'AMPA expliqui a la direcció de centre el seu projecte i li demani que el tema sigui tractat en el consell escolar de centre, mentrestant es poden fer diverses coses:

1. Conèixer els interessos de tota la comunitat educativa pel que fa a l'esport.
2. Recopilar informació referent a l'avantatge de fer esport extraescolar en el centre.
3. Dissenyar un projecte provisional (que es presentarà al consell escolar de centre) on hi figurin:
 - 3.1. Estat de la situació: com surt la idea, resultat de la detecció feta entre els pares de l'escola, etc.
 - 3.2. Objectius que es proposen.
 - 3.3. Tipus d'activitat a fer i per a quins nivells.
 - 3.4. Recursos necessaris:

3.4.1. Humans (monitor/a, pare i mare responsable)

3.4.2. Infraestructurals (utilització de patis o pistes).

3.4.3. Econòmics (adjuntar un pressupost de la previsió de despeses i d'ingressos).

3.5. Condicions imprescindibles per posar en marxa l'activitat.

3.5.1. Tenir un número suficient de pares, mares i infants compromesos.

3.5.2. Acordar el grau d'implicació que es vulgui que tingui l'escola (reunions periòdiques, contacte monitors - mestres, etc.)

3.5.3. Difusió, inscripcions, etc.

3.5.4. Característiques del monitor o monitora (com es farà l'elecció,...)

3.6. Com s'avaluarà el projecte.

RECOMANACIONS PRÀCTIQUES

- Interessem-nos per les activitats extraescolars esportives que realitza el nostre fill o filla, parlem-ne amb ells, amb els monitors de l'activitat, amb els altres pares i mares...
- Encoratgem-los i valorem les seves actituds positives.
- Detectem si l'activitat esportiva que realitzen es l'apropiada i parlem-ne amb el monitor/a i amb el seu tutor o tutora.
- Prenguem decisions junts pares i fills, de forma dialogada i raonada.
- Acompanyem-los els dies festius als terrenys de joc on s'hagin de desplaçar.
- Adoptem actituds educatives en tot moment (no oblidem que som miralls per als nostres fills i filles).
- Donem-los confiança i seguretat, fent-los notar els aspectes positius de la seva actuació.
- Valorem els seus encerts.

AUTOR DEL TEXT:
Manel Torrente
Pedagog

DIBUIX:
Sílvia Castelló

IMPRESSIÓ:
Servei d'Impressió
i Coordinació S.L.

**AMB EL
SUPPORT DE:**



FEDERACIÓ D'ASSOCIACIONS DE MARES I PARES D' ALUMNES DE CATALUNYA

Cartagena 245, àtic
Tel. 93 435 76 86*
Fax 93 433 03 61
08025 Barcelona

C/. de la Rutlla 20-22
Tel. 972 21 92 12
Fax 972 22 25 60
17002 Girona

Avda. Catalunya 24, 1er
Tel. 973 28 18 29
Fax 973 27 17 02
25002 Lleida

Fortuny 23
Tel. 977 23 45 49
Fax 977 21 76 08
43001 Tarragona