

GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN
PRIMARIA
CURSO ACADÉMICO 2018-19

UNA PROPUESTA DE PREVENCIÓN DE
LA VIOLENCIA EN EL FÚTBOL
(CATEGORÍA BENJAMÍN 8-9 AÑOS)

A PROPOSAL TO PREVENT VIOLENCE
IN FOOTBALL
(JUNIOR LEAGUE 8-9 YEARS OLD)

Autor: Iker Pazos Arranz

Directora: Alicia Gómez Linares

27/06/2019

ÍNDICE

1. Resumen/Abstract.....	4
2. Introducción.....	5
3. Objetivos.....	7
4. Metodología.....	7
4.1. Cronograma.....	8
5. Marco Teórico.....	9
5.1. Valores en el deporte.....	9
5.1.1. Educar en valores a través del deporte.....	9
5.1.2. Valores en los deportes de equipo.....	11
5.1.3. Valores en el fútbol.....	13
5.2. Iniciación Deportiva.....	15
5.2.1. Respeto y No violencia.....	16
5.2.2. El reglamento.....	18
5.3. Educación emocional.....	19
5.3.1. Vías de comunicación.....	21
5.3.1.1. Consecuencias.....	22
5.3.1.2. Respuestas asertivas.....	23
6. Secuencia Didáctica.....	26
6.1. Sesión 1.....	26
6.2. Sesión 2.....	29
6.3. Sesión 3.....	31
6.4. Sesión 4.....	33
6.5. Sesión 5.....	36
6.6. Evaluación del proceso.....	37
7. Conclusión.....	40
7.1. Limitaciones.....	41
7.2. Aspectos futuros.....	41
8. Referencias bibliográficas.....	43
9. Anexos.....	44

Uso del lenguaje

Durante las siguientes líneas que se exponen, se realizará un uso del masculino genérico para referirse a todas las personas, con el objetivo de facilitar la lectura. De este modo, no se busca darle un uso sexista al lenguaje.

1. RESUMEN

En este trabajo se presenta el diseño, desarrollo y evaluación de una Secuencia Didáctica que tiene como objetivo prevenir la violencia en el fútbol mediante la promoción de la comunicación asertiva y la disminución de la agresividad durante los entrenamientos y los partidos. Ha sido desarrollada con un equipo de la Escuela Municipal de Fútbol de Ampuero (Cantabria), de la Categoría Benjamín (8 y 9 años de edad). Primero se tomó conciencia de la existencia real de violencia en el fútbol. Luego, se enseñaron técnicas de control de la misma, fomento del respeto y entrenamiento hacia una técnica futbolística asertiva. En cuanto a los resultados se ha recogido la percepción de los jugadores, los cuales han informado estar sensibilizados con la necesidad de reducción de la violencia en el fútbol y por la importancia de ser respetuoso con sus compañeros de equipo.

Palabras clave: asertividad, respeto, fútbol, valores, agresividad, categoría benjamín.

1. ABSTRACT

This work presents the design, development and evaluation of a Didactic Sequence that aims to prevent violence in football by promoting assertive communication and reducing aggression during training and football matches. It has been developed with a team from the Municipal School of Football of Ampuero (Cantabria), of the Junior League (8 and 9 years old). First, the goal was to be aware of the real existence of violence in football. Afterwards, techniques of control of it, promotion of respect and training towards an assertive football technique were taught. As for the results, the perception of the players has been collected, who have reported being sensitized to the need of reducing violence in football and the importance of being respectful to their teammates.

Keywords: assertiveness, respect, football, values, aggressiveness, Junior League.

2. INTRODUCCIÓN

En Cantabria, la Federación Cántabra de Fútbol señala en la regla número XII, una serie de sanciones impuestas al jugador que acomete agresiones físicas o verbales hacia los demás, es decir, cualquier acto de violencia no permitido (Reglamento FCF, 2018-2019).

Desafortunadamente, la violencia es un elemento presente en el fútbol actual y, por esta razón, se crea una propuesta de intervención con el objetivo de reducir la violencia existente en dicho deporte y que, además, también se puede apreciar en los partidos de las categorías base como son las ligas Benjamines.

Esto último, requiere una formación en valores desde la etapa de la Iniciación Deportiva, definida por Blázquez (1986) como el momento en que empieza el niño a dedicarse de forma más exclusiva a un solo deporte.

Es entonces donde entra el juego un valor de vital importancia para lograr concienciar a la población. Es el respeto, que Esquirol (2006) entiende como todo aquello que queremos descubrir o con lo que queremos mantener cercanía pero, a su vez, entendemos que debe haber cierta distancia entre dichas cosas y nosotros.

El respeto, entendido por Esquirol (2006) como la proximidad que mostramos hacia una cosa u objeto con quien queremos intimar sabiendo la distancia existente entre ambas partes, es un componente de la asertividad, inmerso dentro de la competencia emocional de Bisquerra (2008). A través de ella se pretende fomentar una comunicación interpersonal, en el plano de lo social. Es en este sentido donde conviene educar en el respeto, en saber tratar a las personas como merecen, sin hacer excepciones, como fase principal para la disminución del componente agresivo.

El objetivo de las siguientes líneas de trabajo y de la Unidad Didáctica llevada a cabo, radica en fomentar este tipo de actitudes dentro del fútbol para ofrecer a

los más pequeños una variedad de respuestas ante estímulos o impulsos agresivos que puedan sentir dentro o fuera del campo.

Utilizaremos la meditación como una forma de encuadrar la propuesta dentro de una de las competencias emocionales de Bisquerra (2008), la regulación emocional. En dicha sesión, se trata de conocer el propio cuerpo para aprender a regular nuestras emociones y sentir nuestros impulsos. Todo ello, busca crear un clima de paz y bienestar en el niño que le ayude a entender su forma de actuar ante los demás.

Además, se utilizarán varios ejercicios de fútbol para provocar situaciones de enfrentamiento de uno contra uno, donde es el propio niño el que decide sobre su comportamiento y su modo de realizar una entrada para quitar el balón a su compañero.

Por otro lado, tiene una gran relevancia el hecho de conseguir que todos se traten como compañeros del fútbol y se cree un clima positivo dentro del vestuario. Para ello, se han llevado a cabo una serie de ejercicios de reconocimiento de los demás y de la importancia que supone para ellos este hecho.

Para terminar, un aspecto muy común en el fútbol y que cobra especial importancia es la comunicación verbal y no verbal. De este modo, basándonos en las propuestas de Roca (2014), se analizarán las tres vías de comunicación: asertiva, inhibida y agresiva. Tratando de entender la asertividad como un modo respetuoso y adecuado de relación interpersonal verbal pero también no verbal, fuera y dentro del campo de fútbol.

El partido de Copa del Rey disputado por el FC Barcelona y el CF Valencia el 25 de mayo de 2019 servirá como modelo de análisis de jugadas con comportamientos agresivos, asertivos e inhibidos. Con esta dinámica se pretende contextualizar la propuesta en cuestión y adaptarla a situaciones reales donde el niño comprenda la utilidad de estas acciones para un correcto funcionamiento en el futuro de sus prácticas deportivas.

3. OBJETIVOS

El objetivo general es:

1. Diseñar, implementar y evaluar una secuencia didáctica que tenga como finalidad la prevención de la violencia y el fomento de una comunicación interpersonal asertiva entre los miembros de un equipo de fútbol benjamín.

Los objetivos específicos de la propuesta son los siguientes:

- 1 Sensibilizar a los niños y a sus familias de la violencia existente en el ámbito del fútbol.
- 2 Prever la violencia en el niño y en las familias de cara a mejorar su comportamiento dentro y fuera del campo.
- 3 Establecer un clima de respeto y buenas prácticas en el equipo.
- 4 Mejorar la comunicación desde distintos puntos de vista.
- 5 Aprender dinámicas de relajación y control de los impulsos por medio de la meditación.
- 6 Analizar y reflexionar sobre las acciones que suceden en el fútbol.
- 7 Proponer soluciones a todo tipo de actitudes disruptivas que vayan sucediendo.
- 8 Evaluar la intervención para posibles mejoras en el futuro.

4. METODOLOGÍA

La metodología empleada para llevar a cabo la Unidad Didáctica es por un lado, la instrucción directa, basada en la representación de las acciones y la consiguiente imitación de los alumnos y, por otro lado, la experimentación y descubrimiento guiado.

Por tratarse de un trabajo de análisis y reflexión sobre la violencia y comunicación empleada en el fútbol, miembros del equipo podrán explorar de forma individual y experimentar todo tipo de actuaciones, con el fin de conseguir una mayor aproximación a la realidad.

Con esto último, la metodología del descubrimiento guiado consiste en dejar a los niños que vivan y practiquen la acción motriz pero interviniendo para corregir imprecisiones o disrupciones.

4.1. CRONOGRAMA

FASE 1	FASE 2
Diseño del programa de intervención Iniciada: diciembre de 2018 Finalizada: marzo de 2019	Desarrollo de las sesiones Inicio: 13 de marzo de 2019 Final: 29 de mayo de 2019 Por último existe un periodo de recopilación de la información y conclusiones extraídas

Como se observa, la propuesta conlleva, en primer lugar, un diseño del programa, iniciado en diciembre de 2018 y finalizando en marzo de 2019.

En ella se recoge la metodología que se va a emplear, se decide la temporalización de las sesiones y el desarrollo de las mismas y, por último, se concretan aspectos de formalidad ante la protección de datos e imágenes confidenciales.

Con respecto a la segunda fase, ha sido llevada a cabo en un periodo de 2 meses y medio, aproximadamente. Desde la Primera Sesión desarrollada el 13 de marzo de 2019, hasta la última sesión realizada el 29 de mayo de 2019.

Las sesiones de una hora, aproximadamente, se han celebrado los miércoles y los viernes, en los horarios de entrenamiento del equipo benjamín.

Tras la última sesión se establece un tiempo para recoger el material necesario para la evaluación de los resultados y extraer las conclusiones para contrastar con los objetivos planteados al inicio de la Unidad Didáctica.

La participación de los niños en esta experiencia ha sido autorizada por las familias, las cuáles firmaron el permiso correspondiente (*ver anexo 5*).

5. MARCO TEÓRICO

5.1. VALORES EN EL DEPORTE

El deporte contiene una gran cantidad de valores en cada una de sus modalidades y disciplinas. Aprender esos valores y saber transmitirlos forma parte del proceso madurativo de los niños.

5.1.1. EDUCAR EN VALORES A TRAVÉS DEL DEPORTE

La iniciación deportiva está separada del deporte de alta competición. Éste último, genera una serie de valores que provocan controversia para el deporte en edad escolar (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

El deporte a esta edad, es elegido por el niño para practicarle en el tiempo de ocio personal. Por todo ello, es necesario educar indistintamente en ambos sectores del deporte (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

Centrándonos en las prácticas del deporte extraescolar, guarda una especial relación con los aspectos señalados por el curriculum en Educación Física para las escuelas (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

Es por esto, que será necesario trabajar los valores en la práctica deportiva como recoge el Decreto, igualmente a como se hace en las aulas de un centro educativo (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

Por consiguiente, el deporte es educativo, y además las figuras del deporte (entrenadores, padres, federaciones, etc.) también deben generar una orientación educativa adecuada (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

Según Giménez (2003), podemos entender el deporte educativo como *“la práctica deportiva llevada a cabo de forma educativa pero independiente a su contexto de aplicación, debiendo respetar las características psicoevolutivas de los niños y estar sujeta a unos principios como son la no discriminación ni selección, adaptación de las reglas y materiales, ser saludable para todos y tener una competitividad reducida”* (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

El Ministerio de Educación, señala desde hace años varios principios para definir esta práctica deportiva educativa, algunos de los cuales son (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005):

- Tiene un carácter abierto, evitando discriminaciones.
- Objetivos globales, que no solo contemplen aspectos motrices.
- Eliminar la excesiva importancia sobre los resultados, sustituyéndola por otros aspectos más educativos para el deporte.

Giménez (2003, p.36), definía la educación en valores como aquella que pretende facilitar estrategias de conducta ideales de tal manera que les permitan ser ciudadanos democráticos, solidarios y comprometidos con la sociedad en la que viven.

Para que todo lo anterior adquiriera un sentido unificado y eficaz, es necesario que los adultos responsables de las enseñanzas deportivas tengan un trato respetuoso y próximo a sus alumnos; una visión integral de la actividad física; entender los valores del deporte como herramienta indispensable para la vida de los niños (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

Por último, todas las orientaciones educativas que se pretendan transmitir en el deporte, deben tener en cuenta la división de los valores en dos dimensiones:

- 1) Los valores intrínsecos considerados por Devís (1992, p.142) como los educativos, y
- 2) Los valores extrínsecos entendidos como aquellos que podemos trabajar en la iniciación deportiva y que se puede obtener una mejora por medio de una potenciación (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

Por tanto, es en el valor extrínseco donde deben incidir todos los responsables educativos de la formación en valores del deporte.

Según la investigación realizada (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005) entre los valores más trabajados por los docentes aparecen el respeto, el compañerismo y la coeducación. Esto puede llevar a la reflexión de todo lo comentado anteriormente sobre la necesidad de trabajar en equipo y ser tolerante tanto con los compañeros como con los rivales.

Por consiguiente, una vez analizado el sentido del valor en el deporte y aquellos que emergen con mayor relevancia, es necesaria una mayor concreción, centrándonos exclusivamente en los deportes de equipo.

5.1.2. VALORES EN LOS DEPORTES DE EQUIPO

Un deporte, como se ha comentado anteriormente, es una adquisición de valores y de cultura donde aprendemos a través de la motricidad, del movimiento y del contacto con el entorno y el resto de seres humanos (Eiroá, 2000, p.79).

En los deportes de equipo suceden una serie de problemas derivados de la forma en que la sociedad los manifiesta. A menudo, olvidamos el sentido o la finalidad de los deportes con compañeros, donde no existen modales o educación sino un único objetivo, ganar y competir (Eiroá, 2000, p.79).

Eiroá (2000), nos plantea un modelo muy acorde con los valores que deben transmitirse dentro de un deporte de equipo. Habla de la importancia de generar felicidad en los jugadores o participantes, consiguiendo mayor efectividad en el rendimiento y, por ende, en los resultados del equipo y del club. Por lo tanto, no siempre debemos buscar un resultado numérico positivo desde el inicio, porque, según esta propuesta, es más importante crear unos valores de esfuerzo, compromiso y honestidad en quienes deben sacar adelante el equipo (Eiroá, 2000, p.80).

Se conciben, según lo expuesto por Eiroá (2000), dos modelos del deporte en equipo. Por un lado está aquel que busca tecnificar a todos por igual y priorizar resultados utilizando metodologías reiterativas, al cual llama “Modelo Eficientista”. Por otro lado, está lo que mencionan como “Modelo Humanista”, más relevante en el objetivo de este trabajo, donde pretendemos prevenir conductas violentas, donde el valor del ser humano es lo principal. Este modelo incluye la solución y el enfrentamiento a situaciones cotidianas o problemáticas, tiene un enfoque más individualizado, no solo entiende la acción como motriz, sino también como cognitiva, afectiva, etc. Implicar al participante en todas sus acciones, haciéndolo responsable de su aprendizaje (Eiroá, 2000, p.81).

Un aspecto común en este tipo de deportes, según afirma Eiroá (2000), es la competición. Como propuesta para solucionar este tipo de actitudes de enfrentamiento, es concebir la práctica de los deportes de equipo como un juego (Eiroá, 2000, p.81).

Es así como sobresalen otros valores como, por ejemplo, la cooperación. Se pone de manifiesto en estos deportes que, jugando juntos y actuando de manera coordinada para alcanzar un único objetivo, se producen mayores logros que si se trata de realizarlo individualmente (Eiroá, 2000, p.81).

El respeto hacia el rival se otorga entendiendo la práctica como una forma de dificultar la acción del contrario para que no alcance el objetivo por el cual yo

coopera con mis compañeros. De este modo, se eliminan todas las facetas de lucha o combate en los deportes de equipo (Eiroá, 2000, p.81).

Educar sobre la competición y el tratamiento de la misma es un factor primordial en el deporte de equipo. Esto implica entrenar técnica y tácticamente para afianzar motricidades y habilidades para el deporte en cuestión. No obstante, hemos de añadir la capacidad de relacionarse con el entorno y los compañeros, desarrollar un pensamiento cada vez más abstracto y creativo de cara a la incertidumbre propuesta en cada deporte. Por último, es necesario generar un sentimiento en los deportistas, que perciban esa alegría, ese disfrute del juego que deriva del esfuerzo y la satisfacción (Eiroá, 2000, p.82).

Como se puede observar, no es tanta la necesidad de crear diferencias dentro de los deportes de equipo, sino ayudar al ser humano a disfrutar de su práctica y a ser respetuoso.

Por último, se recogen aquellos valores que más se encuentran o deberían encontrarse en un deporte concreto, en relación con la secuencia didáctica que se desarrolla más adelante, sobre el Fútbol.

5.1.3. VALORES EN EL FÚTBOL

Los valores que más se acercan a la realidad del fútbol actual y que se transmiten en su práctica pueden ser agrupados en los siguientes:

1. Fomentar la autonomía de los niños y la responsabilidad. El esfuerzo que tiene como recompensa la consecución de objetivos es una motivación para los más pequeños y todo ello genera compromiso y satisfacción con el deporte (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).
2. Por otro lado, un juego limpio y respetuoso con los compañeros y rivales, ayuda a obtener una visión de deportividad. Entender el deporte como un juego en su iniciación es fundamental de cara a contemplar el

fútbol como una práctica lúdica y no agresiva (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

3. Coeducar y educar en igualdad, es otro de los valores más importantes de cara al desarrollo del niño. La tolerancia hacia los demás y la integración de todos debe formar parte del mundo deportivo. Además, será un aliciente importante para que sean capaces de tener una socialización positiva en su grupo extraescolar (Fuentes-Guerra, Buñuel, & Trillo, 2005).

De forma progresiva, en el fútbol, se van incorporando nociones más complejas sobre sus normas y su reglamento. De este modo, se comienza por la enseñanza de respetar al oponente y al árbitro, aquel que toma las decisiones con respecto a los lances que se suceden en el juego. Estos son los dos valores más importantes de cara a un futuro donde la sociedad nos enseña a dirigirnos al árbitro de malas formas o provocar enfrentamientos con el rival (Serrano & García-Aranda Encinar, 1998, p.107).

Serrano y García-Aranda, nos muestran la necesidad de concienciar a los futbolistas desde pequeños, de que no es necesario copiar las actitudes del contrario o de los compañeros con comportamientos disruptivos. Además, entender el reglamento del fútbol y respetarlo será la mejor vía de entendimiento con el rival y con el árbitro, por lo tanto, esta será una de las tareas formadoras desde los equipos Pre-Benjamines donde el niño comienza a tener un contacto directo con la realidad que se vive en el fútbol (Serrano & García-Aranda Encinar, 1998, p.108).

Una de las mayores dificultades radica en aceptar el resultado sea cual sea. De este modo, estaremos ayudando a conseguir el objetivo de este trabajo, disminuyendo el componente violento del fútbol.

La práctica limpia del fútbol y respetuosa con los demás, es recogida desde el Código Ético, comentado anteriormente, como fair-play. En una gran cantidad de torneos y eventos futbolísticos, este es un premio obligatorio para aquel

equipo que se muestre aceptable en este aspecto. De este modo no solo está premiado el resultado, sino la actitud de los jugadores en todo el proceso.

Antes de secuenciar la Unidad didáctica, cabe mencionar la extracción de una de las preguntas del cuestionario CUVADE (Cuestionario sobre valores en los deportes de equipo 10-12 años) para hacer un pequeño análisis concluyente sobre el valor del respeto que se ha pretendido inculcar a lo largo de todo este proceso. Debido a la edad sobre la que se lleva a cabo la Secuencia, ha sido necesario un reajuste de las preguntas formuladas de tal manera que se ha contextualizado, buscando nuestro objetivo más concretamente (Ruíz Omeñaca, Ponce de León Elizondo, Valdemoros San Emeterio, & Sanz Arazuri, 2017).

5.2. INICIACIÓN DEPORTIVA

Cuando hablamos del término “deporte” en edades muy tempranas, hablamos de iniciación deportiva. Ésta, es definida por Blázquez (1986) como “el momento en la vida del niño en el que comienza a aprender de una forma más concreta la práctica de uno o más deportes” (p.85).

La primera aproximación del niño a los deportes colectivos es a través del juego. Torres (2000) propuso una definición que engloba todos los componentes que se ponen de manifiesto en el juego, siendo una *“acción de libre elección que se desarrolla dentro de unos límites de espacio y tiempo, según reglas de obligado cumplimiento y aceptadas voluntariamente”* (p.32).

Según lo anterior, la voluntariedad que caracteriza al juego es lo que genera el carácter lúdico y nos aleja de lo cotidiano o habitual. Además, existen unas reglas a las que se encuentra sometido el niño y que debe respetar por encima de todo.

En nuestra sociedad, el niño se encuentra rodeado de deportes y de actividades físicas que ocupan gran parte de su vida y que le genera

experiencia en todos sus ámbitos. Por todo esto, iniciarse en la práctica de los deportes colectivos es una tarea que deberá ir acompañada en todo momento del elemento lúdico, adecuando los juegos al deporte en que se encuentre practicando (Juan, López, & Casimiro, 2001).

El fútbol en edades tempranas tiene un carácter educativo y formativo. Se especula constantemente sobre la edad adecuada y óptima para su aprendizaje y especialización. Sin embargo, en dicho deporte existen una serie de complementos que facilitan y ayudan a la hora de orientar al niño en su aprendizaje. Estos, fueron descritos de forma general por Garganta y Pinto (1997) del siguiente modo (Juan, López, & Casimiro, 2001):

La dimensión del juego, el número de jugadores, la duración de los partidos, la distribución por el terreno de juego, son algunos de los aspectos que hacen de la enseñanza del fútbol un proceso guiado por estas estructuras o patrones generales (Juan, López, & Casimiro, 2001).

Tras varios estudios e investigaciones en el fútbol, la mayoría de los autores dividen las partes de su enseñanza de la siguiente manera (Juan, López, & Casimiro, 2001):

- Hasta los 7 años, familiarización y preparación básica.
- Desde los 7 hasta los 10 años, iniciación deportiva, sin especialización
- A partir de los 10 años, elementos básicos de la técnica y la táctica en el fútbol.

5.2.1. RESPETO Y LA NO VIOLENCIA

Estos dos términos dependen en gran medida de uno de los ámbitos más importantes en el niño: la familia. Nuestras primeras acciones nacen de la observación del adulto, especialmente de nuestros padres y madres, por ser los más directos habitualmente (Jares, 2006).

Por todo ello, los valores los aprendemos por la educación recibida desde casa, por la familia. Uno de esos debe ser el respeto, tratándose de una de las normas básicas para una convivencia ideal dentro de un mismo grupo (Jares, 2006).

Josep M. Esquirol (2006), indica que no es posible crear una sociedad humana si no existe el valor del respeto en ella (Esquirol, 2006).

El respeto, para él, indica proximidad y cercanía a algo que queremos descubrir o con lo que queremos intimar, pero siendo conscientes de la distancia que debemos mantener con dicha cosa, objeto o persona (Esquirol, 2006).

Cuando nos enfrentamos a una situación de no respeto, la primera dimensión afectada es la convivencia, que deriva a un aumento directamente proporcional de la violencia. Alejarse de la norma y sentirse libre de todo cuanto hacen, significa que la igualdad se ha perdido y el trato digno recíproco no tiene cabida (Jares, 2006).

En un mundo donde el ser humano tiene como necesidad relacionarse con los demás, es necesario establecer un vínculo positivo basado en el respeto mutuo. La violencia es uno de los antónimos del respeto. Un ser violento no puede reconocer la dignidad del otro, ni su derecho a ser respetado (Jares, 2006).

La convivencia pacífica se consigue a través de la resolución de conflictos por medio de estrategias no violentas o asertivas. La persecución de objetivos personales no implica agredir o generar daño en el resto de personas que pretendan lo mismo (Jares, 2006).

Haciendo uso de acciones violentas para solucionar problemas, estamos apartándolo pero no conseguimos establecer medidas que acaben con el mismo. De este modo, es necesario ser conscientes de que enfrentarse a situaciones complejas, conlleva saber dialogar, entender la autonomía de los individuos, pero desde la posición del respeto (Jares, 2006).

Fomentar el respeto y la no violencia es una tarea compleja que requiere un trabajo transversal entre los diferentes ámbitos. Educar a un niño significa establecer un vínculo afectivo con él y dedicar tiempo a sus intereses, miedos, ilusiones, etc.

Por otro lado, no debemos confundir la necesidad de potenciar seres humanos dotados de agresividad, pero no de violencia. Un impulso agresivo es natural y es considerado como algo positivo en el individuo (Jares, 2006).

Un Ser agresivo, se aleja de la inhibición y del miedo a actuar frente a los demás, adoptando una actitud de respeto hacia, pero mostrando sus fortalezas. Por el contrario, un individuo violento daña a la persona con la que interactúa, buscando un contacto agresivo pero con un componente violento.

5.2.2. EL REGLAMENTO

Dentro del deporte español, más concretamente del fútbol, están afianzados los reglamentos y comportamientos a seguir durante la práctica (CÓDIGO ÉTICO RFEF).

De este modo, la RFEF (Real Federación Española de Fútbol) posee un código ético de actuación. La Comisión Delegada de la Asamblea General de la RFEF aprobó el presente Código el 28 de enero de 2015, entrando en vigor tal día (CÓDIGO ÉTICO RFEF).

En dicho documento, el Artículo 24 está destinado a la “*Protección de la integridad física y mental (moral)*”. Habla y menciona en varias ocasiones el respeto hacia las personas con las trate e interactúe. Además, la prevención de la violencia es expuesta por medio de la prohibición de agresiones y acoso hacia cualquier miembro presente (CÓDIGO ÉTICO RFEF).

Por otro lado, el reglamento específico de cada Comunidad Autónoma sobre el fútbol, señala los aspectos más específicos y el reglamento a cumplir por todos

los equipos, jugadores, entrenadores, etc., participantes (Reglamento FCF, 2018-2019).

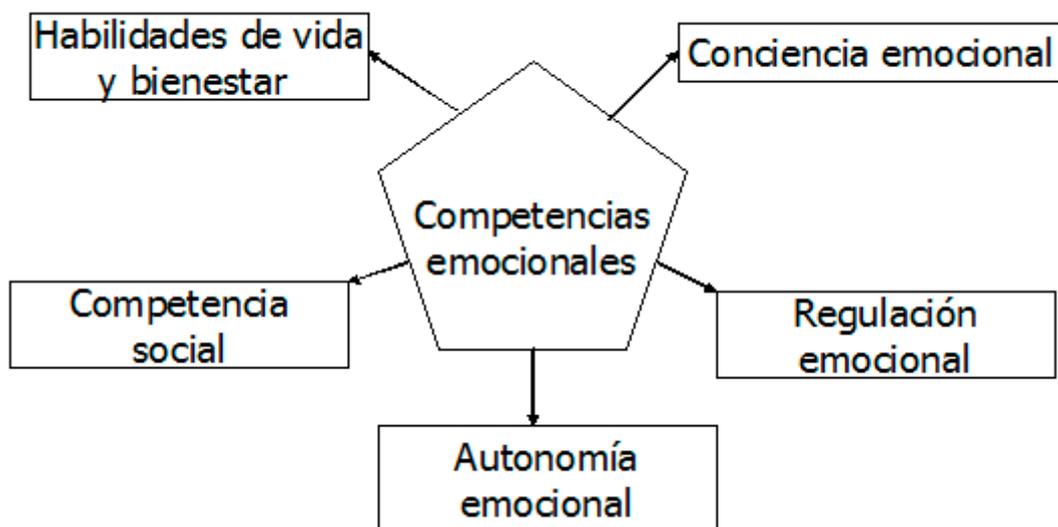
Las sanciones varían en función de la gravedad del acto expresado por el jugador, sin embargo, todas conllevan una recompensa negativa e influyente para el equipo al que pertenece dicho jugador (Reglamento FCF, 2018-2019).

5.3. EDUCACIÓN EMOCIONAL

La educación emocional pretende desarrollar las cinco competencias emocionales, según el modelo propuesto por Bisquerra Alzina (2008). Bisquerra y Pérez Escoda (2007), definen las competencias como “*un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para la vida*”.

Del cuadro siguiente, nos centraremos en tres de las competencias que aparecen, que será la competencia social, la regulación emocional y la conciencia emocional.

Para Bisquerra Alzina (2008), la competencia social es mantener una buena relación con las demás personas que nos rodean; la regulación emocional, nos ayuda a manejar nuestras emociones de forma adecuada a la situación; y la conciencia emocional, nos permite percibir nuestras emociones y las de los demás, así como el contexto en que nos encontramos, para poder adaptarnos correctamente a las situaciones.



Elia Roca (2014) define las habilidades emocionales como aquellos *“sentimientos, emociones y conductas observables que nos ayuda a mantener relaciones interpersonales satisfactorias, y a procurar que los demás respeten nuestros derechos y no nos impidan lograr nuestros objetivos”*.

Se trata, pues, de la educación integral y globalizada de las personas, donde también debemos aprender a empatizar y a relacionarnos con aquellos individuos que conviven con nosotros. Solo así se conseguirá formar a las personas como futuros ciudadanos donde el respeto mutuo y la colaboración estén presentes.

Como asegura Bisquerra (2008), todo viene determinado por la emoción y los sentimientos. Los seres humanos nos desarrollamos a través del contacto con los que nos rodean.

Sentirse que forman parte de un grupo es fundamental para el progreso del ser humano y para la construcción de su inteligencia interpersonal, derivada de la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner (1983).

Esta inteligencia interpersonal de la que habla Gardner (1983) genera un bienestar en el individuo que posee índices altos de habilidad social pero, a su vez, puede ser la causa de muchas de las preocupaciones diarias de la persona y el fruto de su malestar (Roca, 2014).

Estas habilidades llevan consigo una serie de componentes inalterables y que ayudan a comprender mejor su sentido dentro de la vida de cada individuo.

Uno de estos elementos es la conducta de observación, es decir, las formas en que el ser humano se comunica verbal o no verbalmente, utilizando expresiones faciales de diferente índole, etc... (Roca, 2014).

Otro de ellos es el componente cognitivo, lo que pensamos o imaginamos de la realidad. Cómo percibimos el mundo desde nuestra posición con respecto a los demás (Roca, 2014).

Por último, el tercer ítem tiene que ver con la parte emocional. Guarda especial relación con la capacidad de regular las emociones y que permiten relacionarse de una forma asertiva y comunicativa (Roca, 2014).

Dentro de la línea de este trabajo, también se aborda la conciencia emocional. La asertividad, que se desarrollará en el siguiente apartado, deriva de conductas emocionales de respeto y tolerancia hacia los demás.

De las cuatro competencias emocionales señaladas por Bisquerra (2008), la regulación emocional es la tercera que se adentra en el plano de la asertividad y en la prevención de la violencia o conductas similares. Técnicas de autocontrol eficaces para la práctica son fundamentales a la hora de enfrentarnos a situaciones de violencia y disputa con el entorno.

El aprendizaje de estas tres competencias emocionales, competencia social, conciencia emocional y regulación emocional, es la llave que nos acerca a un comportamiento asertivo, donde aprendemos a convivir en un clima de respeto por uno mismo y por el otro.

5.3.1. VÍAS DE COMUNICACIÓN

Como recoge Roca (2014), existen tres tipos de comunicación: asertiva, agresiva e inhibida.

5.3.1.1. Consecuencias de la inhibición y la agresividad

Dentro de las conductas no asertivas que se ha comentado anteriormente, encontramos la inhibición y la agresividad como dos de las formas de responder ante ciertos estímulos (Roca, 2014).

La agresión puede ser explicada de acuerdo con los estudios ofrecidos por Deluty (1979) y Spivack y Shure (1974), quienes vieron que una persona tiene respuestas violentas y poco respetuosas hacia los demás cuando no posee alternativas de actuación ante determinadas situaciones que le generan estrés o frustración (Peña, Hernández, & Díaz, 2003).

La agresividad es considerada una respuesta contraria a la inhibición. Según Roca (2014), las diferencias entre ambos términos son las siguientes:

La inhibición está más relacionada con la aceptación de los intereses e ideas de los demás, la tendencia a ser oprimido y manipulado; por otro lado, la agresividad se basa en no respetar las opiniones y los derechos de los demás, invadiendo su espacio personal por medio de respuestas inapropiadas e inadecuadas.

Los individuos que reaccionan de un modo obscuro e informal, utilizando los insultos como protección o las agresiones físicas, suelen tener altos índices de seguridad en sí mismos y poseer un grado elevado de competitividad con el resto.

En contraposición, las personas más inhibidas tienen grandes dificultades para rechazar invitaciones ajenas, no expresan lo que sienten o piensan sobre un tema concreto o una idea, etc.

Esta inhibición tiene, en ocasiones, matices positivos en cuanto a la posibilidad de evitar tener conflictos con los demás. No obstante, sus consecuencias a nivel social son bastante amplias y negativas por su gran dificultad a la hora de mantener conversaciones y compartir opiniones.

5.3.1.2. Respuestas asertivas

Uno de los mayores temores que supone responder asertivamente reside en ser criticados por los demás. En numerosas ocasiones, los pensamientos ajenos y las constantes miradas generan imposibilidad expresiva en el ser humano (Roca, 2014).

Por ello, conseguir una respuesta asertiva ante esas críticas, ayuda a aumentar los niveles de confianza en uno mismo y a mejorar la autoestima (Roca, 2014).

Si somos capaces de responder de esta manera conseguiremos evitar conflictos con la persona que nos critica, dado que una mala respuesta puede desencadenar malos entendidos y frustrar al otro. Además, si conseguimos percibir lo que otros piensan de nosotros, estaremos recibiendo un feedback externo sobre nuestras actuaciones (Roca, 2014).

Esto último, permite al ser humano ser conscientes de los errores propios y, a su vez, fomentar y generar una capacidad autocrítica cada vez mayor para mejorar en todos los ámbitos posibles (Roca, 2014).

El problema habita en la forma en que interpretamos las críticas, puesto que la persona que aporta el comentario crítico tiende a aumentar su ira al recibir una respuesta en modo de contraataque, y se produce el conflicto (Roca, 2014).

Ser asertivo implica mostrar una serie de opiniones y pensamientos propios y forma una parte fundamental de las habilidades sociales.

La asertividad es definida por Elia Roca (2014) como: *“una actitud de autoafirmación y defensa de nuestros derechos personales”*. Dentro de la definición, la autora incorpora el respeto hacia los demás, las preferencias y necesidades personales.

Una persona asertiva mantiene el respeto por los demás y eso le hace estar satisfecha consigo misma. Riso (2002) indica que las personas más asertivas no tienen la necesidad de disculparse por sus actos constantemente, al ser más honestas.

Por otro lado, Güell y Muñoz (2000) hablan de la manipulación. Estos individuos asertivos impiden ser manipulados y muestran mayores índices de

autoestima, lo que ayuda a generar un mayor control de la conducta y a mostrarse respetuoso con la otra persona.

En definitiva, para describir los rasgos más importantes del ser humano asertivo, todos los autores tienen los siguientes puntos comunes:

- Es una persona libre que se muestra a los demás con gran honestidad, firmeza y claridad.
- Posee rasgos destacados de escucha positiva hacia los demás, mostrando una actitud de ayuda y respeto.
- Se comunica más fácilmente y de forma más positiva.

En contraposición, como comportamientos no asertivos, destaca la agresividad y la ira.

Esta agresividad desatada en el individuo muestra una falta de fortaleza en el interior y, por consiguiente, lo dota de una personalidad débil en su interior. En muchas ocasiones, estos comportamientos derivan de una falta de comunicación clara y eficaz que se emplee en la resolución de conflictos (Pereira, 2008).

La regulación de la ira se encuentra inmersa en la educación emocional, por ser una de las emociones básicas del ser humano. La baja tolerancia a la frustración puede generar ira, de tal modo que si aprendemos a controlar esa frustración podemos prevenir la violencia y potenciar la convivencia (Bisquerra Alzina, 2008).

Dentro de ésta, podemos encontrar tres dimensiones propuestas por Bisquerra (2008):

- La afectiva: los sentimientos aversivos provocados por consecuencias negativas. Se detecta ante signos como el aumento del ritmo cardíaco, la tensión, y la dilatación de la pupila (Bisquerra Alzina, 2008).
- La cognitiva: creencias y actitudes que tenemos en la vida hacia los demás y sobre la vida misma. Concepciones negativas de la vida, malinterpretaciones constantes de las acciones por falta de inteligencia emocional y conciencia (Bisquerra Alzina, 2008).

- La comportamental o expresiva: la expresión de la ira puede ser positiva (afrontar las dificultades, resolución de conflictos...) negativa (agresividad física o verbal) o represiva (Bisquerra Alzina, 2008).

Por lo tanto, en un modelo de convivencia en el cual aparece la violencia como factor incidente, es necesaria una respuesta asertiva por parte del individuo de cara a mejorar el clima del grupo y el control de la ira.

Para entender este apartado, Bisquerra (2008) ha recogido en un cuadro resumen todos los tipos de comportamiento agresivo en relación con el vínculo afectivo que se muestre (Bisquerra Alzina, 2008:147).

Vínculo afectivo y tipos de comportamiento violento			
Tipos de vínculo afectivo (apego)	Naturaleza de las relaciones	Visión de sí mismo y de los demás	Características del comportamiento
Seguro	Confortable con intimidad y autonomía	Percepciones positivas	No violento
Preocupado	Preocupado con las relaciones	Visión negativa suya y positiva de los demás	Violencia hacia sí mismo (depresivo-suicida)
Miedoso-evitativo	Miedo a intimar y evitación social	Visión negativa de ambos	Violencia hacia sí mismo y hacia los demás (depresivo-violento)
Rechazo-evitativo	Rechazo a intimar	Visión positiva suya y negativa de los demás	Violencia hacia los demás (homicidas)

Como conclusión, en este mundo tan avanzado y lleno de ventajas tecnológicas diarias, la emoción ha quedado en el olvido, ya no importan los sentimientos ni las formas de relacionarse, todo se facilita detrás de la pantalla y, aunque suene contradictorio, estos avances son la principal causa de muchas desgracias que suceden a menudo (Bisquerra Alzina, 2008).

6. Secuencia didáctica:

“Para sentirse y ser buen futbolista hay que ser asertivo, no agresivo”

El equipo Benjamín B de la Escuela Municipal de Fútbol de Ampuero (EMFA) está formada por 11 niños y dos entrenadores. Actualmente, existe un grupo creado en la red social WhatsApp, donde estamos inmersos todos los integrantes del equipo (familias y entrenadores responsables).

Toda la comunicación se envía y transmite a las familias por medio del teléfono móvil y, en muchas ocasiones, con pequeñas reuniones que se generan en los instantes previos a los entrenamientos.

Los horarios de entrenamientos del equipo son los miércoles y los viernes en horario de tarde, desde las 17:15 hasta las 18:45. En esta hora y media se desarrollan las dinámicas que se presentarán en la Secuencia Didáctica que se está comentando.

Antes de la puesta en marcha, toda la propuesta ha sido llevada a cabo bajo el lema con el que se titula esta Secuencia Didáctica: **“PARA SENTIRSE Y SER BUEN FUTBOLISTA HAY QUE SER ASERTIVO, NO AGRESIVO”**.

SESIONES

6.1. SESIÓN 1: “¿RECONOZCO LA VIOLENCIA EN EL FÚTBOL?”

Objetivos de la sesión:

- Establecer un acercamiento a la propuesta de prevención de la violencia en el fútbol y tomar contacto con situaciones violentas y asertivas de la realidad.

Material necesario:

Los vídeos son extraídos de la plataforma YouTube, acortando los fragmentos seleccionados. Además, utilizarán un cuaderno donde anotarán lo que

corresponda a la tarea, con bolígrafo o lápiz. Todo ello, será compartido a través de WhatsApp, en el grupo del equipo, donde están presentes todas y cada una de las familias.

Desarrollo:

En primer lugar, por medio del teléfono móvil, en el grupo que incluye a todas las familias se ha adjuntado un vídeo (Link en el *anexo 1*) emotivo sobre los valores del fútbol y sobre una situación cotidiana, el cual verán con sus hijos para analizarlos posteriormente.

El vídeo se resume brevemente en un momento cotidiano en el que un niño salta al terreno de juego para disputar su partido de fútbol y, en ese instante, su padre comienza a dedicarle unas palabras sobre lo que debe hacer y cómo debe actuar. Ejerce presión constantemente sobre el comportamiento que debe adoptar jugando, con entradas agresivas y centrándose únicamente en marcar un gol sin respetar a los rivales, primando la victoria sobre todo lo demás.

Una vez reproducido el vídeo y captada la existencia de este tipo de conductas en el fútbol, deberán responder a una serie de preguntas en el “cuaderno de fútbol”. Las cuestiones están separadas, unas irán dirigidas a la reflexión del niño y otras a la del padre, madre o tutor.

Las preguntas serán las siguientes:

NIÑO

1. ¿Cómo se siente el niño del vídeo?
2. ¿Crees que el niño del vídeo sale tranquilo al campo para jugar el partido de fútbol? ¿Por qué?
3. ¿Has estado en la situación del niño alguna vez?
4. ¿Qué te gustaría que te dijera tu familia antes de ir a jugar un partido?
5. ¿Qué le dirías tú a tus compañeros para que salgan motivados?
6. ¿Es el fútbol un deporte agresivo?

ADULTO

7. ¿Cree que el vídeo es muy semejante a lo que pasa hoy en día en el fútbol?
8. ¿Qué le dice a su hijo cuando va a jugar un partido?
9. ¿Siente que su hijo imita muchas acciones que realiza usted en su vida diaria?
10. ¿Considera que su hijo es agresivo en el campo? ¿Y en su día a día?
11. ¿Es el fútbol un deporte agresivo?

De forma idéntica a cómo se presenta anteriormente, en sus correspondientes cuadernos responden a cada una de ellas indicando el número que las precede.

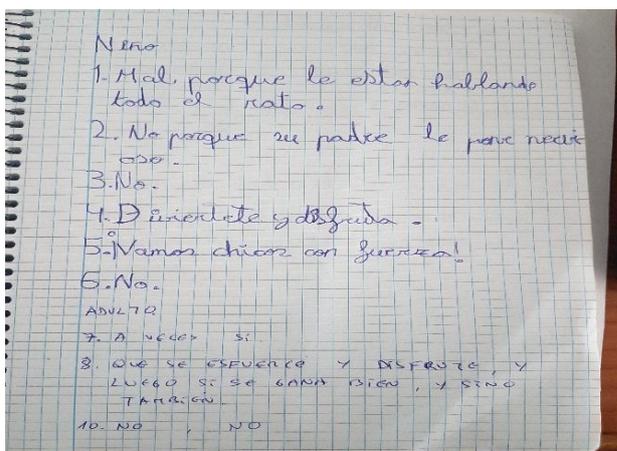


Imagen 1. Respuestas de la Sesión 1

Como última tarea, a modo de resumen de todo lo anterior, entre los familiares y el niño, será necesario que piensen una serie de valores negativos y positivos que creen que aporta el fútbol a la vida de los niños.

6.2. SESIÓN 2: “¡RESPETANDO A MIS COMPAÑEROS EN EL FÚTBOL!”

SESIÓN DE RESPETO	
OBJETIVOS:	
<ul style="list-style-type: none"> Fomentar el respeto hacia sus compañeros y crear una definición de respeto común, y específica del equipo Benjamín del Ampuero. 	
METODOLOGÍA: El trabajo se realiza durante el tiempo destinado al entrenamiento, como durante los minutos posteriores dedicados al aseo personal.	
5 minutos	INFORMACIÓN INICIAL Antes de comenzar la sesión, se informa que estén pendientes en todo momento de cada acción y sean conscientes de sus reacciones a cada una de ellas.
10 minutos	CALENTAMIENTO El calentamiento está compuesto por una parte física, dedicada a la movilidad articular, de cara a los próximos ejercicios que se realizarán. Y por una parte llevada a cabo por el entrenador responsable, que se dedica a explicar el significado de los conceptos de respeto, y empatía, que serán trabajados en esta sesión.
30 minutos	PARTE PRINCIPAL Una vez finalizado el calentamiento de forma autónoma por parte de los jugadores, pasaremos a la parte donde desarrollaremos los ejercicios dirigidos a los objetivos propuestos. Comenzaremos por un juego en el que los niños deben quitarse el balón entre todos, durante unos minutos. Los jugadores que roben los balones tienen que protegerlo hasta que el tiempo finalice. Cuando acabemos, se dedicarán unos minutos para hablar sobre qué han sentido cuando les robaban el balón, si creen que lo han hecho de manera agresiva o si se puede robar sin faltar el respeto al compañero, etc. Posteriormente, haremos unas jugadas basadas en centros y

	<p>remates. Donde un jugador será quien centre el balón y tres serán los rematadores, frente a un portero.</p> <p>Para terminar, realizamos partidos de tiempo y espacio reducidos, donde participan dos equipos de 5 miembros cada uno y otro descansará. En este ejercicio, son ellos mismos quienes decidan las posiciones que ocupan.</p>
10 minutos	VUELTA A LA CALMA
	<p>Estiramientos:</p> <p>Estiramientos de extremidades inferiores, superiores y tronco mientras se comentan los aspectos más relevantes de la sesión. Además, se propone lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hablamos sobre algunas preguntas en relación al entrenamiento realizado, como: ¿Hay muchos conflictos para decidir las posiciones? ¿Todos queréis poneros en el mismo lugar? ¿Habéis solucionado el conflicto? ¿Cómo? 2. Dentro del entrenamiento, hemos hablado sobre qué es el respeto. En su cuaderno, anotarán qué es para ellos el respeto y la violencia. Todo ello se realizó durante unos minutos al finalizar el entrenamiento, en un ambiente de aprendizaje formado en el propio vestuario del campo. 3. Al final, los niños van mencionando palabras que relacionen al término respeto, para conseguir una definición común y personalizada para el equipo.

Valoración del proceso: la sesión resultó exitosa. Siguiendo la dinámica explicada anteriormente, se propuso en grupo una serie de debate en el que participamos entrenadores y niños del equipo de fútbol.

Para comenzar el debate, en el cuaderno personal de cada uno, pusieron una primera aproximación a lo que consideraban como respeto: no insultar, no pegar, tratar bien a las personas, etc. Fue un momento de imaginación personal donde apareciera la subjetividad.

Una vez conformado este primer acercamiento, se explicó la siguiente definición de respeto, entendido como aquel que indica proximidad y cercanía a

algo que queremos descubrir o con lo que queremos intimar, pero siendo conscientes de la distancia que debemos mantener con dicha cosa, objeto o persona. (Esquirol 2006)

Se formó un debate en el que participamos y escuchamos la opinión de cada uno sobre esta definición propuesta. Surgieron dudas y se pusieron ejemplos de respeto dentro del fútbol.

Por último, como conclusión de la sesión y, una vez, aprendido la noción principal, tratamos de conformar una última definición común pero a su vez personal para el equipo Benjamín del Ampuero, en la cual figuren palabras extraídas del debate y diálogo entre los niños. Ésta fue anotada en el cuaderno de fútbol.

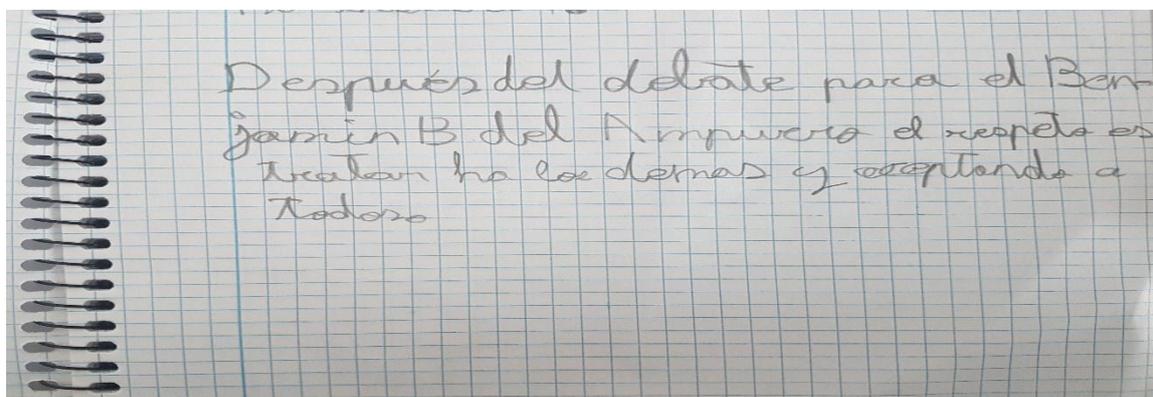


Imagen 2. Definición de respeto consensuada por el equipo de fútbol de Ampuero, Categoría Benjamín.

6.3. SESIÓN 3: “SIENTO MI IMPULSO AGRESIVO, MEDITO Y EMPATIZO”

Objetivos de la sesión:

- Autoconocimiento y conocimiento del propio cuerpo dividido en: cabeza, cuerpo y corazón
- Mejorar la atención y aceptar a los compañeros y rivales.

Desarrollo:

La sesión se organiza en un espacio cerrado, distinto al habitual del campo de fútbol. Un sitio con luz tenue donde poder tranquilizarse y que invite a la imaginación y a la serenidad.

Una vez se han llevado a cabo sesiones de respeto por el compañero y de iniciación a la asertividad, fue conveniente una sesión de reflexión, relajación y de conocimiento de nuestro cuerpo.

Para ello, se comienza por crear un clima positivo y de confianza mediante el empleo de un tono de voz bajo y lento. Todos permanecen tumbados en el suelo, con su propio espacio para relajarse y despejar la mente.

En primer lugar, todos cierran los ojos mientras escuchan las indicaciones del entrenador, que consisten en lo siguiente:

Empezamos por la cabeza, pensando si nos encontramos cansados, si he tenido un día ajetreado, movido o si, por el contrario, he estado tranquilo.

Es necesario, en ese momento, identificar el estado de la mente con un animal concreto que se le parezca: un mono, un pez, un perro, etc.

Pasamos, después a reconocer el resto del cuerpo y para ello se utiliza la actividad de la linterna de atención. Esta, consiste en imaginar que nos insertamos una linterna en el cuerpo para explorar toda la zona interna: el corazón, los pulmones, la sangre, etc.

Para atraer la atención del alumnado utilizamos preguntas que no deben responderse y basta con pensarlas de forma personal e íntima. Algunas de estas fueron:

¿En qué zona te aprieta más la ropa? ¿Sientes frío o calor en algún sitio concreto? ¿Por qué parte te sientes más relajado? ¿Escuchas la respiración?

Continuamos empleando un tono suave y calmado de voz.

Después, para terminar, contamos los latidos del corazón de forma individual y fueron moviendo y regenerando poco a poco cada una de las partes de su cuerpo, empezando desde abajo hacia arriba.

Cuando finalizamos la actividad vamos al campo de fútbol para continuar con otra forma de relajación y de conocimiento de uno mismo pero menos pausada. La última actividad de la sesión sucedió de la siguiente manera:

Tumbados en el suelo y con buena postura detuvimos la mirada en una nube concreta, la que consideremos oportuna. De forma fija debemos mirarla durante unos segundos e identificarla con una forma conocida, comparar la velocidad con la de otras nubes... Por último, mirando fijamente al mismo punto tenemos que observar lo que alcanza nuestra vista y todo lo que podemos llegar a ver mirando todo el rato al mismo punto.

Todo esto nos lleva a la siguiente conclusión sobre cómo entender la perspectiva con que miramos las cosas:

“Messi es tan buen futbolista porque tiene una visión periférica”

6.4. SESIÓN 4: “¿CÓMO QUIERO QUE SEA MI FÚTBOL? ¿AGRESIVO, INHIBIDO O ASERTIVO?”

Objetivos de la sesión:

- Clasificar su forma de jugar al fútbol como asertiva, agresiva o inhibida a través de la práctica.
- Entender la asertividad como el modo adecuado de actuación en el fútbol.

Desarrollo:

El partido de Copa del Rey disputado entre el Barcelona y el Valencia sirve de modelo como acciones a realizar. A través de un breve vídeo resumen analizamos las jugadas más destacadas y de mayor interés para nuestra UD.

<https://www.youtube.com/watch?v=mQyhS4n9dbc>



Imagen 3. Entrada inhibida en un partido profesional de fútbol de Copa del Rey entre el FC Barcelona y el Sevilla CF.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=161&v=f8ksewYiMsQ

En esta acción, por ejemplo, observaremos una entrada inhibida donde, el riesgo del penalti genera que el jugador no entre agresivo y, por consiguiente, se produce el gol.



Imagen 4. Entrada asertiva en el partido de Copa del Rey.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=161&v=f8ksewYiMsQ

En la anterior, hablamos sobre el tipo de entradas asertivas, teniendo en cuenta al rival y tratando de robar el balón con respeto y limpieza.



Imagen 5. Entrada agresiva en un partido de Copa del Rey.
https://www.youtube.com/watch?time_continue=161&v=f8ksewYiMsQ

Por último, una imagen de entrada agresiva en un marcaje de defensa de un córner.

Por otro lado llevamos a cabo una aproximación a la comunicación, sobre todo no verbal, empleada en el fútbol y según los tipos que señala Roca (2000): comunicación agresiva, asertiva o inhibida. Para ello, los jugadores rellenan una ficha con aspectos de comunicación. (*Anexo 2*)

Realizaron, ya en el campo, acciones motrices de manera aislada e individual, con la mayor agresividad posible. Posteriormente, la desarrollarán con un compañero, de tal manera que deben controlar el impulso agresivo e inhibirse o, por el contrario, ser asertivo.

En su cuaderno recogen lo siguiente al finalizar, de esta cuarta sesión:

Lo he hecho con mi compañero... (Nombre del compañero)

Cuando estaba solo he sido más agresivo y cuando estaba con un compañero me ha costado MÁS/MENOS entrarle al balón y NO/SÍ he sido agresivo.

He descubierto que quiero ser un jugador.... ¿Agresivo, Asertivo o Inhibido?

(Ver anexo 3)

6.5. SESIÓN 5: RESPETAR A MIS COMPAÑEROS DE FÚTBOL ES IMPORTANTE PARA MÍ

Objetivos de la sesión:

- Reflexionar sobre los aspectos tratados a lo largo de la Secuencia Didáctica con acciones globalizadas.
- Reconocer la actitud de respeto adoptada por cada uno personalmente.

Desarrollo:

Se llevarán a cabo unas acciones motrices en las que un jugador se enfrenta contra otro. Es el lugar donde se demostrará lo aprendido en esta Secuencia Didáctica.

Un jugador tratará de quitarle el balón a otro compañero y lo hará frenando sus impulsos de agresividad y comportándose de manera asertiva, poniendo en práctica todo lo aprendido.



Imagen 6. Celebración del título de Copa del Rey por el Sevilla CF.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=161&v=f8ksewYiMsQ

En esta imagen, recortada del vídeo analizado en la cuarta sesión, observamos cómo el Valencia CF se proclama campeón de la Copa del Rey frente al Barcelona.

Es un momento adecuado para reflexionar sobre lo siguiente:

¿Has ganado alguna copa?

¿Qué es lo más importante cuando acaba el partido y has ganado?

¿Vas donde el rival a dar la mano y felicitarles por su trabajo?

¿Si pierdes una final das la mano a los rivales?

Todo ello nos lleva a tratar el respeto en el fútbol desde la perspectiva de la victoria o la derrota, muy común en las categorías más pequeñas.

Para dar por finalizada la sesión, se les ofrece una pregunta que recoge todo lo anterior, extraída del Cuestionario CUVADE (Cuestionario Sobre Valores en los Deportes de Equipo) en edades de 10-12 años. Este, mide el grado de compañerismo de quien realiza el test, así como el respeto y muchos otros valores que se ponen de manifiesto en los deportes de equipo.

En lo referido al cuestionario, se modifica una de las preguntas referidas al compañerismo y al valor del respeto:

Respetar a mis compañeros de fútbol para mí es importante:

Nada importante Poco importante Algo importante Bastante importante Muy importante

Para concluir la Secuencia Didáctica, se recogen los cuadernos para analizar las respuestas de cada alumno a lo largo de estas cinco sesiones.

6.6. EVALUACIÓN DEL PROCESO

En la primera sesión, en la cual se compartió un vídeo emotivo para sensibilizar sobre la violencia en el fútbol transmitida desde las categorías inferiores por los adultos, los niños respondieron a una serie de preguntas, explícitas en la sesión 1 de este documento.

Lo más destacado es lo referido al sentimiento que creaba el vídeo en ellos. Todos aseguran sentirse tristes o deprimidos, asocian un adjetivo negativo a la violencia.

Además, el 100% de los niños cambiarían las palabras que le dice su padre antes de un partido, como por ejemplo “a ganar” o “haz lo que te dice el entrenador” por otras de motivación y de ánimo como “diviértete y disfruta”

Esto es importante desde el punto de vista de lo que los niños aprenden por la observación y la imitación de los adultos que les rodean.

Por último, todas las familias aseguraban que el fútbol es un deporte agresivo hoy en día. Por otro lado, afirmaban que sus palabras alentadores antes de ir a jugar siempre llevaban la palabra “disfruta”.

Lo siguiente estuvo enfocado en dinámicas de respeto para aprender diferentes respuestas ante impulsos agresivos dentro del campo y ante situaciones de enfrentamiento.

La sesión de meditación tuvo un elemento importante de unión y formación de grupo como unidad. Hubo un clima positivo y las actividades resultaron muy beneficiosas para todos. Al principio fue difícil mantener la concentración, pero una vez iniciado el proceso pudimos tener continuidad.

La cuarta y la quinta sesión estaban enfocadas a una contextualización de la secuencia. Se emplearon elementos de la realidad del fútbol para ofrecernos un ámbito agresivo o asertivo en ciertos casos. Pudimos ver el vídeo todos juntos en el vestuario y analizarlo.

Tan solo un jugador aseguraba ser más agresivo en las acciones con balón. El resto, se mostraba inhibido o asertivo cuando un compañero se interpuso entre el balón y él, de tal modo que no empleaba gestos ni acciones agresivas para dañar.

Conseguimos el objetivo deseado, finalizar la sesión asumiendo que querían ser los 11 jugadores asertivos y no agresivos ni inhibidos, entendiendo lo que implicaba el término empleado.

Por último y para aportar un cierre a todo lo que se realizó, en la sesión cinco se analizaron aspectos de deportividad y “Fair-Play” donde la importancia del rival y los compañeros son lo prioritario de cada partido.

En las preguntas de reflexión, se generó una especie de debate sobre cómo celebrar la obtención de un título en un Torneo. Muchos optaban por festejarlo directamente pero, consiguiendo uno de los objetivos de la sesión, alguna familia mencionó al rival, felicitar por su entrega y su esfuerzo y, posteriormente, celebrarlo con los tuyos. Todo ello tuvo lugar en el vestuario del campo, al igual que en una mesa redonda, donde todos podían ver a todos y mostrar sus opiniones personales.

Fue uno de los momentos más agradables y familiares que compartimos todos en conjunto y nos llevó a recapacitar sobre lo que cada uno opinaba.

Para terminar, se concluyó con la pregunta que resume todo lo anterior en la cual daban importancia al respeto por los compañeros dentro de un equipo, desde su punto de vista.

En este sentido, 6 jugadores pusieron que era bastante importante respetar a sus compañeros y los otros 5 pusieron que era muy importante. En general, todos estaban convencidos de la importancia del respeto, uno de los objetivos a lo largo de toda la Secuencia.

Por último, es necesario dedicar un análisis a la hoja del *anexo 3*.

La pregunta 6, contenía un componente agresivo que debía ser reconocido por el jugador. 9 de los 11 niños lo detectaron como entrada agresiva. Otro de ellos lo calificó como algo que se ve frecuentemente en el fútbol y, por último, otro jugador indicó que es como debe entrarse en el fútbol para quitar el balón.

Éste último, se refería a las entradas que le realizan a él continuamente en el campo. Por lo tanto, se pudo conseguir que todos observasen esa agresividad por parte del jugador que roba el balón.

Otra pregunta de respeto, como la número 10, tuvo un completo de respuestas sobre la necesidad de disculparse ante una acción antirreglamentaria en los partidos.

Como análisis global, han sido cinco sesiones planificadas y centradas en valores concretos que se pretendían conseguir por medio de varias acciones. Un esfuerzo de todos los jugadores, familias y entrenadores, así como la unión y el compañerismo que existe entre todos, ha sido lo que ha hecho posible este tipo de dinámicas y que todos hayan concluido en la misma idea de ser jugadores asertivos y respetuosos.

7. CONCLUSIONES

A lo largo de las líneas anteriores, se han tenido en cuenta varios autores de referencia, como se muestran en la bibliografía del trabajo. Entre ellos, los más destacados y que aportan una gran consistencia al trabajo son Roca (2014) y Bisquerra Alzina (2008).

Por otro lado, en relación a la propuesta, se cumplieron los objetivos específicos y, lo más prioritario, el objetivo general del trabajo.

Se ha conseguido concienciar sobre la existencia de actos violentos y agresivos en el fútbol desde una visión realista hasta la propia práctica de los más pequeños.

Además, basándonos en numerosos autores y estudios, se ha fomentado el valor del respeto y el poder de la comunicación para ser asertivos con los que nos rodean.

En definitiva, la intervención ha resultado ser oportuna, a pesar de las limitaciones y posibles futuros estudios que se comentan a continuación.

7.1. Limitaciones

La mayor dificultad radica en mantener al grupo en contacto continuamente e intentar que todos realicen la misma función. Al tratarse de un equipo de fútbol y con dos sesiones a la semana, fue complicado que todos los jugadores acudieran a todas las sesiones.

Además, no todas las familias y los niños entendían las actividades por igual. En muchas ocasiones se daba lugar a la confusión y, por tanto, las dudas acababan en malas respuestas en los cuadernos de fútbol.

A pesar de haber un buen clima dentro del vestuario, hubo complicaciones con algunos familiares porque no apoyaban al máximo las actividades a realizar y no eran de su agrado.

Por último, entender definiciones o conceptos como respeto y asertividad ha sido algo dificultoso a la hora de adaptarlo a niños de 8 y 9 años, donde cada palabra era cuestionada y muchas veces necesitaban explicaciones de por qué suceden las cosas de determinada manera.

A pesar de todo, ha sido una Secuencia correctamente diseñada y desarrollada donde cada uno hemos aportado algo diferente a los debates y a las reflexiones y todos nos hemos alimentado de nuevas opiniones y experiencias.

7.2. Aspectos futuros

Por último, en investigaciones o trabajos futuros, sería interesante analizar y estudiar con más detenimiento el respeto dentro de un equipo de fútbol de categorías base.

Intentar sacar conclusiones sobre el respeto que cada uno tiene por su compañero de equipo es importante de cara a determinar cómo es dentro y fuera del campo como persona y como jugador.

Por otro lado, cuestionarse sobre cómo entiende un jugador el fútbol o cómo lo vive desde su hogar con sus familiares, puede abrir otra línea de trabajo donde se analice el tipo de juego en función de lo que ve y observa el niño en su casa.

En definitiva, esta es tan solo una de las formas de analizar un aspecto crucial en el fútbol y en todos los ámbitos cotidianos, donde la asertividad debe ser el modelo a seguir en todo caso y, por consiguiente, puede ser apoyado por todo tipo de estudios que analicen con detenimiento el resto de valores como el compañerismo, la integridad o el esfuerzo de cada jugador.

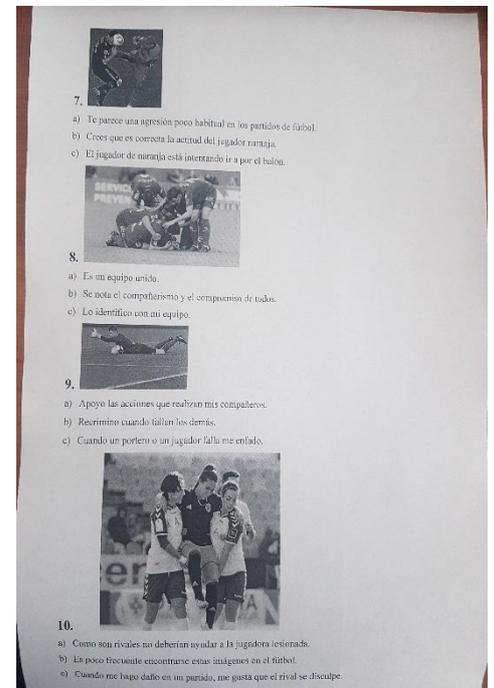
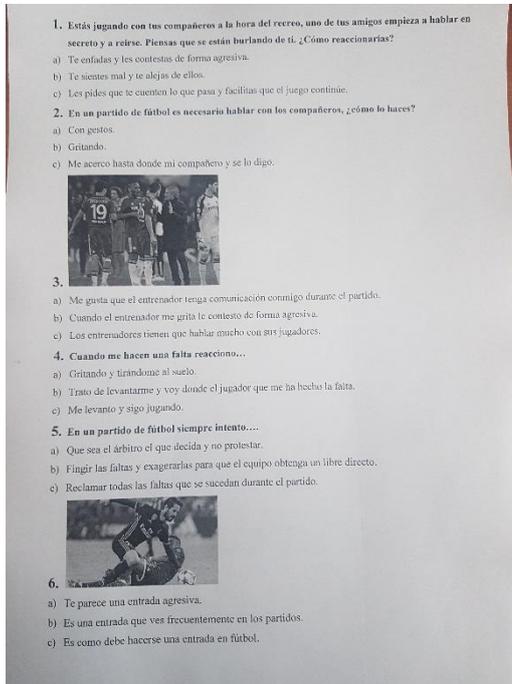
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra Alzina, R. (2008). *Educación para la ciudadanía y convivencia, El enfoque de la Educación Emocional*. WK Educación.
- CÓDIGO ÉTICO RFEF. (s.f.). Obtenido de Medio Oficial Real Federación Española de Fútbol: <https://www.rfef.es/normativas-sanciones/codigoetico>
- Eiroá, J. G. (2000). *Deportes de equipo*. Zaragoza: INDE.
- Esquirol, J. M. (2006). *El respeto o la mirada atenta*. Barcelona: gedisa.
- Fuentes-Guerra, F. J., Buñuel, P. S.-L., & Trillo, M. D. (2005). *Educación a través del deporte*. Huelva: Universidad de Huelva.
- Jares, X. R. (2006). *Pedagogía de la convivencia*. Barcelona: GRAÓ.
- Juan, F. R., López, A. G., & Casimiro, A. J. (2001). *La iniciación deportiva basada en los deportes colectivos*. Madrid: GYMNOS.
- Masuet, X. F. (s.f.). *JUEGOS DE INICIACIÓN A LOS DEPORTES COLECTIVOS*. Barcelona: Paidotribo.
- Peña, V. d., Hernández, E., & Díaz, F. (2003). *Dialnet*. Obtenido de Comportamiento asertivo y adaptación social: Adaptación de una escala de comportamiento asertivo (cabs) para escolares de enseñanza primaria (6-12 años): <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=795203>
- Pereira, M. N. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 8(1).
- Reglamento FCF. (2018-2019). Obtenido de Federación Cantabra de Fútbol: https://www.federacioncantabradefutbol.com/pnfg/NBdd_ShwdDocumento?cod_primaria=142&cod_documento=16671
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. ACDE.
- Ruiz Omeñaca, J. V., Ponce de León Elizondo, A., Valdemoros San Emeterio, M. Á., & Sanz Arazuri, E. (2017). *CUVADE*. Obtenido de Cuestionario sobre valores en los deportes de equipo (Educación Primaria 10-12 años): https://publicaciones.unirioja.es/catalogo/online/CUVADE/CUVADE_EdPrimaria_02Cuestionario.pdf
- Serrano, M. M., & García-Aranda Encinar, J. M. (1998). *La actividad Física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Fútbol*. Madrid: Fareso.
- Sánchez, D. B., & Ramírez, F. A. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde

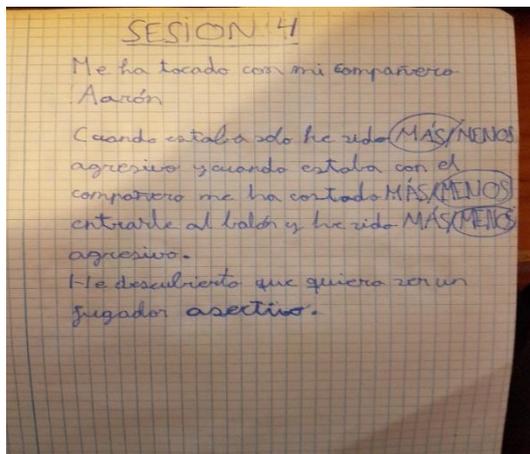
9. ANEXOS

Anexo 1. Link del vídeo:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=161&v=f8ksewYiMsQ



Anexo 2. Ficha de comunicación



Anexo 3. Sesión 4

Anexo 4. Equipo benjamín entrenando



AUTORIZACIÓN PARA EL USO DE IMÁGENES Y PARTICIPACIÓN

Estimada familia:

Soy Iker Pazos, alumno de la Universidad de Cantabria donde realizo el Grado de Magisterio en Educación Primaria. Actualmente, estoy desarrollando el Trabajo de Fin de Grado relacionado con el diseño y desarrollo de una secuencia didáctica de asertividad y prevención de la violencia en el fútbol, bajo la supervisión de mi tutora de la Universidad Alicia Gómez Linares.

El trabajo se pondrá en práctica durante los horarios de entrenamiento correspondientes al equipo Benjamín B de la EMF Ampuero, durante los próximos meses, en unas 8 sesiones aproximadamente.

El objetivo será proponer a los jugadores una serie de acciones de fútbol, visionado de vídeos, para que expongan y compartan su opinión, incluyendo a los familiares en alguna de las actividades. Todo ello podrá ser guardado y recogido a través de fotos o vídeos para su posterior evaluación.

Por otro lado, los jugadores deberán comprar un cuaderno (similar o igual al utilizado en sus aulas del colegio) que será titulado como: CUADERNO DE FÚTBOL. En él, escribirán anotaciones sobre lo que se vaya haciendo, sus sensaciones, opiniones, etc.

Por todo esto, considero necesaria su colaboración y permiso para poder utilizar las imágenes como parte del contenido del Trabajo Final y para participar en el proceso que se llevará a cabo durante el tiempo establecido.

Agradeciendo de antemano su colaboración, les saluda atentamente

Iker Pazos Arranz

Por favor, rellenar con letra mayúscula

D./Dña..... AUTORIZA al Director del Trabajo Final de Grado, Iker Pazos Arranz, a la publicación de la imagen y participación de su hijo/a en la puesta en práctica de la Secuencia Didáctica sobre la prevención de la violencia en el fútbol, que será presentada y defendida ante responsables de la Universidad de Cantabria.

Este material didáctico está exclusivamente sujeto a un uso educativo y no comercial.

En de de 201...

Firmado

ENTREGAR EL FOLIO COMPLETO SIN RECORTAR

Anexo 5. Autorización para el uso de imágenes y participación.