



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

**Trabajo Fin de Grado**

**EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD  
FÍSICA COMO MÉTODO DE  
INCLUSIÓN EN MENORES  
INFRACTORES**

**Alumno/a:** Alba Cañadas Gallego

**Tutor/a:** Marta García Domingo  
**Dpto.:** Departamento de Psicología

**JUNIO, 2019**

# Índice

1. RESUMEN.....	3
2. INTRODUCCIÓN .....	3
3. JUSTIFICACIÓN .....	5
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	6
4.1 FACTORES IMPLICADOS .....	8
4.2 PERFIL DE LOS MENORES INFRACTORES .....	11
4.3 RELACIÓN ENTRE DEPORTE E INCLUSIÓN .....	14
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	15
5.1 OBJETIVO GENERAL .....	15
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	16
5.3 DESTINATARIOS .....	17
5.3.1 DESTINATARIOS DIRECTOS.....	17
5.3.2 DESTINATARIOS INDIRECTOS.....	18
5.4 CRITERIOS DE INCLUSIÓN.....	18
5.5 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	18
5.6 METODOLOGÍA .....	20
5.7 ACTIVIDADES .....	21
5.8 CRONOGRAMA .....	21
5.9 EVALUACIÓN .....	22
5.10 RECURSOS Y PRESUPUESTO .....	23
5.11 RESULTADO ESPERADO .....	24
6. CONCLUSIONES .....	25
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	27
8. ANEXOS. ....	30

## **1. RESUMEN**

El número de adolescentes que practican conductas delictivas ha aumentado considerablemente en los últimos años. Se ha demostrado que la práctica del deporte con estos menores produce numerosos beneficios en ellos, así como la adquisición de habilidades sociales, un aumento del nivel de autoestima y confianza en sí mismos.

Teniendo esto en cuenta, surge la necesidad de intervenir a través de este proyecto. Está destinado a ocho menores internos en el centro educativo juvenil “La Cañada” (Fernán Caballero). El objetivo es que éstos adquieran, a través del deporte y la actividad física, valores y habilidades especialmente de responsabilidad y autonomía, que favorezcan su posterior reinserción, así como la inclusión en la vida normalizada de los menores.

El proyecto consiste en una serie de actividades deportivas propuestas, dirigidas a la consecución los objetivos planteados, dichas sesiones serán impartidas por dos educadores, cuya labor es esencial para la correcta implantación del proyecto, éste mismo tendrá una duración de un mes, concretamente en mayo de 2020.

## **2. INTRODUCCIÓN**

El presente Trabajo de Fin de Grado parte de la preocupación por el aumento de la violencia manifestada en la actitud de los jóvenes actuales y la necesidad de evitar que reincidan en la práctica de este tipo de conductas.

La elaboración de esta propuesta se hará en base a lo estipulado en el Reglamento de la Ley Orgánica 5/ 2000, de 12 de enero, reguladora de la responsabilidad penal de los menores.

Con este proyecto de intervención se pretende, a través del deporte y la actividad física, facilitar la inclusión social de los menores sujetos a algún tipo de medida judicial en régimen abierto, semiabierto o cerrado. Partimos de la premisa de que un proyecto

de estas características puede ser de gran ayuda a los menores que por diferentes motivos adquieren conductas delictivas que los llevan a infringir las normas sociales, favoreciendo así la integración de estos mismos, tanto mientras cumplen condena como en una fase posterior de integración en la vida comunitaria.

Para contextualizar nuestro proyecto, consideramos necesario conocer la realidad social de los menores infractores. En concreto, realizaremos una revisión teórica y conceptual que nos permita entender las diferentes causas que llevan a los menores a cometer delitos o faltas de diversos tipos y su nivel de importancia, el ambiente en el que se desarrolla el menor y estudios anteriores que destaquen el deporte como una vía de inclusión social para este colectivo.

Tenido todo esto en cuenta, planteamos una propuesta de intervención que podrá ser llevada a cabo en cualquier centro de menores, si bien para este caso en concreto se valorará la posibilidad de ser aplicado en el Centro de Menores “La Cañada” (Fernán Caballero, Ciudad Real), que recibe a chicos y chicas derivados de una medida judicial impuesta acorde según el delito cometido, ya sea en régimen cerrado o semiabierto. El objetivo de la intervención que se propone es que a través de actividades deportivas adquieran las habilidades necesarias para facilitar su inclusión social una vez hayan abandonado el centro.

En esta propuesta se valorará la educación del menor a través del deporte como complemento a la formación integral impartida dentro del centro en cuestión. Consideramos que la propuesta tiene que partir de la actividad deportiva, sin que la misma se convierta en un fin, sino en un medio para fomentar la adquisición de habilidades sociales y emocionales: canalización de la frustración, estilo de vida saludable, control de emociones e impulsos, dominio de la ira en situaciones de conflicto y principalmente que adquieran la habilidad social de relacionarse con sus iguales con determinación, autoestima y confianza en sí mismos. En definitiva, se tiene en cuenta la importancia de que el deporte se oriente hacia una finalidad lúdico- constructiva positiva para la población con la que se trabajará.

Para la puesta en marcha de este proyecto, resulta fundamental la figura del educador social, que deberá aplicar la propuesta establecida utilizando el deporte y la

actividad física como un medio de intervención que consiga la integración e inclusión en la sociedad de los menores.

### **3. JUSTIFICACIÓN**

La necesidad de llevar a cabo este tipo de propuesta parte de la realidad con la que nos encontramos, concretamente el aumento de la violencia y conductas delictivas en la etapa de adolescencia. Por ello es de vital importancia que se propongan proyectos que apoyen este tipo de actuaciones destinadas a la adquisición de habilidades por parte de los menores, que por causas específicas han originado que estos jóvenes lleguen a tener una vida apartada de lo comúnmente correcto dentro de la sociedad actual.

Por una parte, el interés de la aplicación del deporte como una medida de intervención con este colectivo surge de mi propia apreciación durante el periodo de prácticas realizado durante el Grado de Educación Social en el centro educativo de menores “La Cañada”, ya mencionado anteriormente.

Por la otra parte, se debe tener en cuenta la figura del educador social como principal agente de cambio y apoyo, ya que considero que la educación en la adolescencia es una etapa difícil de trabajar, pero a la vez muy reconfortante cuando se logran obtener resultados positivos y se consigue ver la evolución de tu trabajo en los menores que se comprometen a recibir tu ayuda para progresar.

De esta manera, creo importante que el educador se implique en la tarea de reeducación del menor brindándole un apoyo y afecto especial, dado que este colectivo presenta una vulnerabilidad excesiva a influencias externas. También es importante resaltar una perspectiva de la situación que suelen obviar, dado que el hecho de que cumplan medida en el centro supone una nueva oportunidad para reorientar su vida, de manera que sepan tomar decisiones por ellos mismos y saber afrontar los problemas con determinación, así como evitar las situaciones que los lleven a reincidir.

La práctica educativa a través del deporte resulta ser la más aceptada por los menores, refuerza de manera positiva a los chicos y chicas debido a su carácter lúdico y rompedor de la rutina que llevan dentro del centro, ya que para la mayoría de los menores que están cumpliendo medida es la única oportunidad que tienen de salir al exterior durante el día, por ello se implican en la realización de las actividades y en ocasiones cooperan entre ellos relacionándose adecuadamente para conseguir un objetivo común, lo cual es difícil de trabajar en otro tipo de intervenciones en las que se muestran indiferentes o violentos especialmente con el educador y sus compañeros.

Tras lo citado anteriormente resulta la idea de promover este tipo de intervención educativa, que facilita a los menores el desarrollo de aspectos como la inclusión, tanto dentro de la sociedad como en el centro con sus compañeros, la canalización del enfado a través de la actividad, teniendo siempre en cuenta el respeto entre ellos, la cooperación y el aprendizaje de habilidades sociales. Debemos tener presente que para que este tipo de intervención no se transforme sencillamente en un juego de tiempo libre es conveniente que los objetivos de dicha actuación estén bien especificados, así lograremos que en su puesta en práctica se obtengan éstos mismos.

#### **4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

En primer lugar, es importante especificar la Ley que regula los centros educativos de menores en España, todos ellos implantan las intervenciones según contempla dicha Ley Orgánica 5/2000 vigente desde el 13 enero de 2001, reguladora de la Responsabilidad Penal de los Menores (LORMP), ésta misma tiene como principio básico el superior interés del menor bajo el ordenamiento constitucional, el Derecho Internacional y una particular atención a la Convención de los Derechos del Niño.

El límite establecido para la aplicación de esta Ley es de los catorce años hasta los dieciocho, dentro de este rango se diferencian dos etapas, debido a las diferentes características y del grado de gravedad de las consecuencias por los hechos cometidos. El primer tramo comprende las edades de catorce a dieciséis años y el segundo va de los dieciséis a los dieciocho años, ya que los menores dentro del segundo rango

requieren un tratamiento específico para los delitos caracterizados por la violencia, intimidación o peligro para las personas.

A partir de esta misma Ley, las medidas impuestas por los jueces de menores se dividen en no privativas de libertad, las cuales se ejecutarían en medio abierto, y privativas de libertad, que se deberán ejecutar en un centro de reeducación juvenil. En estas últimas se priorizará en el presente proyecto, debido a la posibilidad de trabajo con los menores cuyas medidas sean de internamiento y la finalidad a la que se destina esta intervención.

A partir de la primera división y dentro de los dos tipos mencionados anteriormente, el juez podrá imponer las siguientes medidas, en primer lugar, las privativas de libertad:

- **Internamiento en régimen cerrado.** Los menores sometidos a esta medida residirán en el centro y deberán realizar en el mismo las actividades formativas, educativas, laborales y de ocio.
- **Internamiento en régimen semiabierto.** A través de esta medida los menores residirán en el centro, pero podrán realizar fuera del mismo algunas de las actividades formativas, educativas, laborales y de ocio establecidas dentro de la ejecución de su medida.
- **Internamiento en régimen abierto.** Deberán residir en el centro como domicilio habitual, aceptando el régimen de este, pero realizarán las actividades educativas, laborales y de ocio en los recursos del entorno.
- **Internamiento terapéutico en régimen cerrado, semiabierto o abierto.** En los centros de este tipo se procederá a llevar a cabo con el menor una atención educativa determinada, al igual que un tratamiento específico. Estas medidas van dirigidas a personas que sufren alteraciones psíquicas, dependencia al alcohol, drogas u otras sustancias que alteran la percepción de la realidad.
- **Permanencia de fin de semana:** Los menores a los que se les haya impuesto esta medida permanecerán en su domicilio o en un centro hasta un máximo de treinta y seis horas entre la tarde o noche del viernes y la noche del domingo, a excepción del tiempo que deban dedicar a las tareas socioeducativas asignadas por el Juez.

Las medidas mencionadas anteriormente cuentan con dos periodos, en un primer momento deberán cumplir medida en el centro correspondiente y posteriormente deberán cumplir un régimen de libertad vigilada.

Por otro lado, en las medidas no privativas de libertad impuestas a los menores podemos distinguir los siguientes tipos:

- Tratamiento ambulatorio.
- Asistencia a un centro de día.
- Libertad vigilada.
- La prohibición de aproximarse o comunicarse con la víctima o con aquellos de sus familiares u otras personas que determine el Juez.
- Convivencia con otra persona, familia o grupo educativo.
- Prestaciones en beneficio de la comunidad.
- Realización de tareas socioeducativas.
- Amonestación.
- Privación del permiso de conducir ciclomotores y vehículos a motor, o del derecho a obtenerlo, o de las licencias administrativas para caza o para uso de cualquier tipo de armas.
- Inhabilitación absoluta. Privación definitiva de todos los honores, empleos y cargos público durante el tiempo de la medida.

#### **4.1. FACTORES IMPLICADOS**

Para que esta propuesta de intervención se ajuste de la mayor manera posible a las necesidades que se quieren cubrir, debemos comenzar por entender las causas que llevan a los menores a cometer infracciones, como pueden ser entre ellas los factores socioeconómicos, psicosociales, familiares o el entorno de amistades directamente relacionado con el menor en cuestión.

La adolescencia es una etapa llena de cambios emocionales hacia la edad adulta, por ello si agrupamos los factores influyentes junto con el conflicto que sufren los jóvenes en ese momento de su desarrollo, pueden llevar al menor a aproximarse



a conductas fuera de lo establecido en la norma social, de esta manera el educador deberá actuar para propiciar la inclusión y la vuelta normalizada a la vida social del menor.

En primer lugar, el factor socioeconómico; es común que la mayoría de los menores implicados en este tipo de conductas presenten carencias económicas a nivel familiar o residan en barrios desfavorecidos o altamente problemáticos. Este hecho está directamente relacionado con que en dichos barrios los menores tengan una mayor disponibilidad a las drogas, estén expuestos a la violencia y estén desvinculados con otros posibles entornos favorables para el menor, por lo que aparece también la marginación social, especialmente por parte de las clases sociales que disponen de mayores recursos económicos.

En segundo lugar, nos encontramos con uno de los factores más importantes, el entorno familiar. Normalmente estos menores están insertos en un ambiente familiar desfavorable, ya que las figuras de autoridad para ellos suelen carecer de estrategias educativas que ayuden al menor.

Como afirman Benítez y Justicia (2006),

en otros casos imparten un estilo de crianza punitivo o incluso los padres o tutores legales del menor abandonen sus responsabilidades parentales, por lo que afecta directamente al menor, especialmente a nivel emocional, ya que no dispone de una figura de autoridad en la que apoyarse. Los padres que son descuidados, que rechazan a sus hijos o que son negligentes en su cuidado también tienen un alto riesgo de que sus hijos se vean implicados en actos violentos. (p. 139)

En este entorno se debe tener en cuenta factores como que el niño sea adoptado, padecer maltrato infantil, estar expuesto a numerosos conflictos familiares o que los padres padezcan psicopatologías que les impidan ejercer como tal correctamente.

También podemos encontrarnos con que dentro de la propia familia se perpetúen las conductas delictivas y un estilo de vida marginal que no pretenden

cambiar, por lo que lleva al menor a adoptar las mismas conductas que el ejemplo que obtiene de su familia.

Otro de los entornos en los que se desarrolla el menor es el escolar, la falta de disciplina y el rechazo a la educación hacen que la mayoría de estos menores presenten un alto grado de absentismo y fracaso escolar.

En concreto estos jóvenes normalmente se desarrollan en un entorno caracterizado por la violencia y la precariedad, por lo que la presión que esto ejerce sobre ellos desemboca en la adquisición de conductas alejadas de las normas sociales.

Aunque estos factores impliquen la principal causa de la delincuencia en los menores, pueden aparecer excepciones, tales como que el menor se desarrolle en un buen contexto en todos los niveles y adopte conductas antisociales, como que el menor se desarrolle en los contextos detallados anteriormente y tengan la capacidad de cambiar su situación y hacer frente a los problemas que presente la misma.

Debido a esto, Graña y Rodríguez (2010), afirman que:

aquellos que tenemos la encomienda social de desarrollar la intervención durante la ejecución de las medidas judiciales, no debemos obviar la perspectiva conjunta que aglutina al menor infractor, porque sólo desde esta perspectiva, es posible dotar de un contenido y una intervención eficaz a las medidas impuestas a los menores de edad. (p.15)

Por ello para conseguir los objetivos que se propongan para ayudar al menor, debemos tener en cuenta todas las variables de las que depende, la influencia social que ha tenido el menor durante su desarrollo y las causas que le han llevado a cometer faltas o infracciones y que han derivado en el cumplimiento de una medida judicial.

## 4.2. PERFIL DE LOS MENORES INFRACTORES

Dentro de este colectivo nos encontramos con que cada menor presenta distintos rasgos a nivel personal, pero existen numerosas características implicadas en el desarrollo de un perfil concreto que se repiten notablemente. Como pueden ser los factores mencionados anteriormente, el nivel de autoestima o la capacidad de resiliencia propia de cada uno.

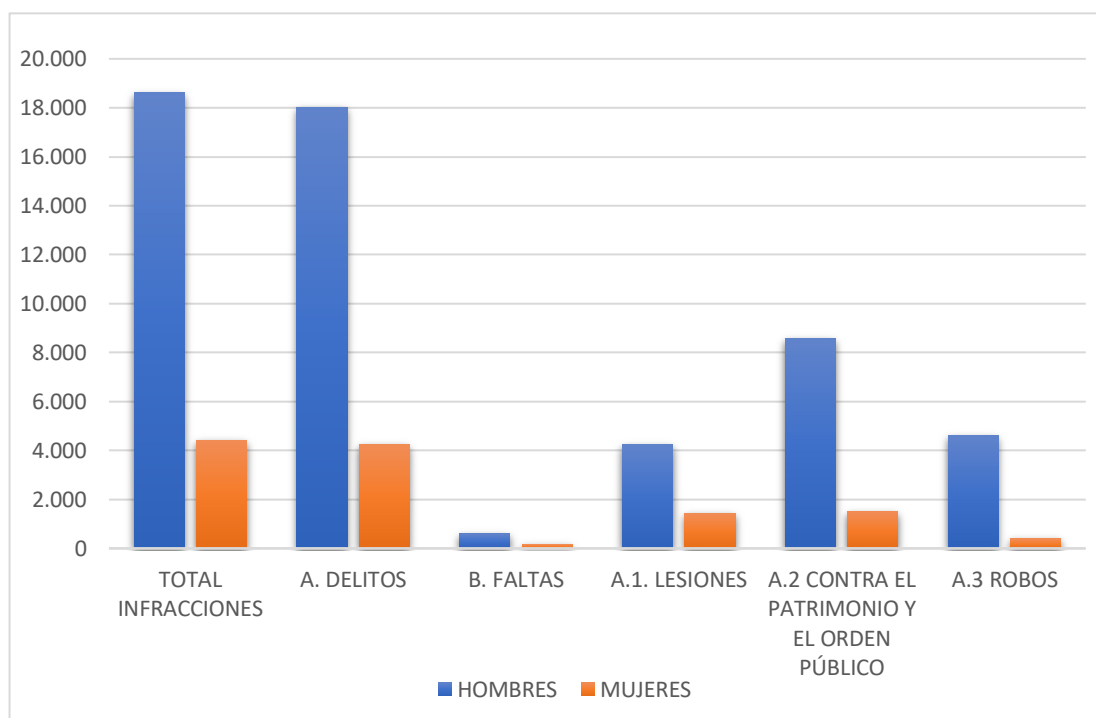
Por lo que se debe tener en cuenta el grado de influencia de cada una de las variables en el menor, ya que éstas no afectarán de la misma forma a todos, al igual que no todos presentarán las mismas características.

Este colectivo suele manifestar una gran falta de habilidades sociales, especialmente la empatía o la capacidad para comunicarse, aunque no se manifiesten en todos los menores. Son jóvenes que suelen recurrir directamente a la violencia para solucionar un conflicto, con bajos niveles de autocontrol e intolerancia a la frustración, todo ello provocado por no saber expresarse de forma correcta o no saber reconocer sus sentimientos o emociones. La falta de estas habilidades aumenta la probabilidad de que realicen conductas antisociales durante la adolescencia, y si no se les proporciona ayuda a tiempo es probable que adopten esta situación como un estilo de vida.

Considerando los datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística (INE), nos encontramos con que el perfil común dentro del total lo conforman menores varones de entre catorce y diecisiete años con nacionalidad española.

Puesto que el proyecto se implicará con ambos sexos, se analizarán a todos los menores, tanto chicos como chicas. Para conocer el perfil de nuestros destinatarios, indagaremos en los principales delitos (ver figura 1) cometidos por menores con medida judicial en España durante el año 2017.

FIGURA 1: INFRACCIONES COMETIDAS EN EL AÑO 2017:



Fuente: Elaboración propia a través de los datos proporcionados por el INE. (2017)

Como se puede observar en los datos del INE reflejados en la tabla, dentro del perfil del menor infractor, entre las conductas antisociales adoptadas por éstos nos encontramos con que suelen cometer más delitos que faltas, y entre los delitos más comunes resalta la delincuencia contra el patrimonio y el orden público, este dato se repite tanto en chicos como en chicas.

Cuando hablamos de conductas antisociales, hacemos referencia al conjunto de comportamientos que conllevan a una evidente infracción en las normas sociales. Estos comportamientos engloban gran cantidad de actitudes, que van desde las acciones más leves (mentir, consumir drogas, escaparse, conducir sin carné, etc.), hasta las más graves (robos, agresiones, violaciones, homicidios, etc.)

Dichos comportamientos causan daños a otras personas, están prohibidos por las leyes y por lo tanto son susceptibles de activar un proceso penal. “Del mismo modo, cuando estas conductas son procesadas por el filtro jurídico-penal correspondiente, obtienen la consideración de delito” (Rutter y Giller, 1988).

Hay que puntualizar que este gráfico nos muestra los datos recogidos en 2017, por lo que actualmente los datos reales presentan diferencias dentro de la mayoría de la tipificación de delitos cometidos, siendo el más repetido el de violencia filio-parental, junto con el consumo de drogas u otras sustancias. Cabe destacar, no obstante, que este dato no es contrastable por los sesgos que pueden presentar los gráficos oficiales, debido a la falta de denuncia de estas conductas, si bien se tendrán en cuenta para la intervención con los posibles participantes de este proyecto.

Teniendo en cuenta el perfil común de este colectivo es conveniente destacar que a menudo se ven afectados por la falta de afecto, una limitada capacidad de resiliencia, pocas experiencias que resulten positivas para ellos, hábitos de vida saludables y normalizados, carecen también a veces de figuras parentales que les sirvan de modelo de vida, no tienen normas o límites establecidos y suelen desmotivarse por intentar cambiar esa situación debido a los escasos recursos y estrategias personales de las que disponen que les puedan aportar las habilidades necesarias para corregir una mala situación o modificar el estilo de vida.

Generalmente estos jóvenes presentan también niveles elevados de absentismo y fracaso escolar, ya que normalmente carecen de hábitos de estudio o pocas expectativas de futuro. Debido a que dedican la mayor parte de su tiempo en actividades únicamente lúdicas, por lo que durante esta etapa empiezan a adquirir hábitos nocivos, es decir que comience a probar el tabaco, alcohol e incluso otras drogas, ya que carecen de límites y normas, baja autoestima, suelen manifestar gran falta de tolerancia a la frustración, así como escasas habilidades y formas incorrectas de resolver los conflictos.

Por todo ello es necesario trabajar con este colectivo para que aprendan a gestionar adecuadamente su tiempo libre mediante la actividad física y el deporte, al igual que desarrollar todas aquellas habilidades sociales de las que en ocasiones carecen.

### **4.3. RELACIÓN ENTRE DEPORTE E INCLUSIÓN**

En la actualidad la práctica del deporte y la actividad física se ha incrementado notablemente en los últimos años, aumentando también la práctica en lugares abiertos y no en clubs o en instalaciones cerradas. Por ello, es importante utilizar el interés actual de la población en general por el deporte para abrir la perspectiva de éste mismo como un medio de inclusión y apoyo a colectivos en riesgo de exclusión, en este caso a los menores infractores, de manera que el deporte les proporcione los valores y habilidades de las que en muchas ocasiones carecen.

En muchas ocasiones los menores en esta situación intentan satisfacer sus necesidades de estimulación dentro de una variedad de situaciones relacionadas con conductas antisociales, debido en el ambiente en el que se desarrollan, de esta manera se puede usar la actividad deportiva como una forma alternativa de suplir las necesidades de los menores de forma prosocial e inclusiva, es decir, cambiar sus actividades lúdicas negativas por otras que les aporten cualidades de las que se puedan aprovechar de manera eficaz y positiva para su vida.

Como afirma Pérez-Heredia (2017),

la actividad física, influye directamente en el desarrollo físico y motor de quien la práctica, pero además genera beneficios relacionados con el ámbito social, repercutiendo en la adaptación de las personas a su entorno, generando una población saludable y activa, y potenciando los valores de responsabilidad personal y colectiva en el desarrollo social, a través de distintos deportes y juegos predeportivos.

Teniendo en cuenta que el colectivo de menores infractores requiere de una gran ayuda para aceptar el cambio y la responsabilidad en ellos mismos, la influencia que les aporta directamente el deporte adquiere una especial importancia si atendemos principalmente a lo que Pérez-Heredia (2017) menciona como “potenciación de valores y desarrollo social”, ya que muchos deportes implican una

elevada participación en equipo y el apoyo fundamental entre todos para conseguir un objetivo.

Por lo tanto, debemos considerar la responsabilidad como un valor que el menor debe desarrollar a través del deporte, de este modo incrementa en ellos la toma y aceptación de decisiones conjuntas, habilidades de comunicación social, confianza tanto en si mismos como en su equipo, aumento de autoestima al conseguir los objetivos propuestos, canalización de la frustración y en especial que acepten invertir su tiempo en actividades lúdicas que les ayudan a mejorar su situación.

Para constatar los beneficios de la práctica del deporte, es importante enfatizar que según un estudio realizado por Pelegrín, Garcés y Cantón (2010), se ha confirmado que los menores que practicaban algún deporte tenían menor riesgo a desarrollar actitudes y conductas agresivas y desviadas, manifestaban conductas extrovertidas, sensibles y respetuosos a los demás, acataban las normas sociales y aparentaban un mayor autocontrol de sus acciones, a la vez que se veían más seguros y con una considerable autoconfianza .

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN CON MENORES DEL CENTRO EDUCATIVO JUVENIL “LA CAÑADA”.**

### **5.1. OBJETIVO GENERAL**

Es conveniente destacar previamente a la definición de objetivos, que en todos los centros de España se pretende que a través del proyecto educativo propuesto según la Ley Orgánica 5/2000 de Responsabilidad del Menor (LORPM), todos los menores con algún tipo de medida judicial evolucionen positivamente en su paso por el centro, es decir, que todas las actividades y programas del centro estén orientadas a que el propio menor adquiriera una serie de valores que le permitan una correcta adaptación y reinserción social.

Así mismo todos los centros están destinados al cumplimiento de las medidas judiciales que se les han impuesto, a la vez que se pretende hacer de su experiencia en el centro una oportunidad para mejorar a nivel educativo y social, potenciar las relaciones tanto con los menores como con las figuras de autoridad, que les permitan mejorar en el proceso de integración y socialización.

Por lo tanto, el objetivo general que se propone para este proyecto en concreto es el siguiente:

- Facilitar la inclusión social de los menores residentes en el Centro “La Cañada” en su entorno directo, mediante la adquisición de habilidades y valores a través del deporte y la actividad física.

## **5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

A partir del objetivo general propuesto, es conveniente tener unos objetivos específicos, los cuales se deberán ir consiguiendo a corto plazo durante el desarrollo del proyecto ya que consisten mayormente en la adquisición de habilidades y valores por parte del propio menor.

Dichos objetivos son los siguientes:

- Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.
- Aprender a respetar las normas y a las personas en general a través de la aceptación de las reglas deportivas.
- Conseguir un nivel adecuado de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.
- Desarrollar pautas correctas de socialización con iguales.
- Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.



## **5.3. DESTINATARIOS**

### **5.3.1. DESTINATARIOS DIRECTOS.**

Los destinatarios serán chicos y chicas residentes en el Centro Educativo Juvenil “La Cañada”, con medida judicial impuesta tanto en régimen cerrado como en semiabierto. Se incluyen jóvenes menores y mayores de edad, debido a que en este centro se encuentran jóvenes que, habiendo ya cumplido la mayoría de edad, cometieron la infracción durante la minoría de edad y la medida impuesta sigue cumpliéndose en el centro (de acuerdo con la Ley Orgánica 5/2000, de 12 de enero, Reguladora de la Responsabilidad Penal de los Menores).

Los menores con los que trabajaremos vienen de diferentes lugares de toda Castilla- La Mancha, ya que este centro es el único que tiene la característica de cumplimiento de medida interna en toda la Comunidad Autónoma.

Estos menores llegan posterior a que el juez les haya impuesto una medida por el delito que han cometido, como se pueden destacar robo, violencia sexual, tráfico de drogas, y especialmente violencia filio-parental. En muchas ocasiones los menores no internan en el centro por cometer un único delito, sino que pueden haber cometido varios ya sean graves o leves o simplemente por el incumplimiento de la medida de libertad vigilada.

La mayoría de los jóvenes presentan actitudes comunes, como por ejemplo falta de responsabilidad, escasas habilidades sociales, fuerte intolerancia a la frustración, pocos recursos y apoyo familiar, al igual que falta de motivación por mejorar la situación en la que se encuentran.

Este centro cuenta con una capacidad aproximada de unos 72 menores, concretamente 16 plazas para niñas y 56 para niños. Por lo tanto, en la primera puesta en practica del proyecto se hará con tan solo el 11% del total de su capacidad.

### **5.3.2. DESTINATARIOS INDIRECTOS.**

Este proyecto tendrá beneficios no solo para los menores, sino también para los profesionales del centro que verán cambios y actitudes positivas en los chicos gracias a su trabajo, familiares de los menores participantes, los compañeros del propio centro, así como la sociedad en su conjunto cuando abandonen el centro.

## **5.4 CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

Consideramos como criterios de inclusión en este proyecto que los participantes sean varones, ya que el número de plazas para chicos es muy superior al de chicas.

Podrán participar chicos de cualquier edad siempre que estén en el hogar con el que se llevará a cabo, por lo que deben ser residentes del hogar “Estabilidad”.

Que todos los menores participantes lo hagan de manera voluntaria y libre, en el caso de que alguno no quisiera podría quedar excluido del proyecto, pudiendo quedarse en la habitación, de lo contrario debería estar presente en las sesiones.

Por último, consideramos como criterio de inclusión que todos los menores participantes presenten buena conducta tanto a los días previos del inicio como durante el desarrollo del proyecto con respecto al mismo.

## **5.5 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

Es conveniente especificar que el proyecto no se implantará a todos los menores del centro, ya que en una primera puesta en práctica se hará con una muestra de 8 chicos pertenecientes al mismo hogar.

Se considerará por tanto un criterio de exclusión el no pertenecer a dicho hogar, ya que al estar el centro dividido en hogares (módulos) se hará específicamente con el hogar de “Estabilidad”. Dicho hogar se considera en un nivel bajo en la adquisición de habilidades y autonomía, ya que la diferencia entre los distintos hogares es principalmente esta. Por lo tanto, es importante trabajar con los menores de dicho hogar la adquisición de estos valores, ya que llevan poco tiempo en el centro y requieren de la necesidad de empezar a adquirir cuanto antes estas habilidades.

Otro de los criterios de exclusión que se consideran es que no podrán participar chicas, ya que el proyecto se implantará en las horas de tiempo exterior con el hogar de convivencia, por ello al separar el centro a chicos y chicas solo se podrá realizar con los chicos en esta primera implantación, puesto que se realizará en un hogar de exclusivamente chicos.

En el caso de que algún menor por condiciones físicas o problemas médicos no pueda participar en el proyecto se procederá a considerarse como un criterio de exclusión, en el caso de que no sea posible la adaptación de las actividades o una posterior incorporación, ya que podría estar presente en todas las sesiones realizadas. De este mismo modo, se seguirá el mismo procedimiento si el educador cree oportuno que algún menor no participe en el proyecto por diferentes motivos, ya sea incumplimiento de normas o mala conducta.

Por último, es importante destacar que debemos considerar también como criterio de exclusión el tiempo estimado que los menores pasarán en dicho hogar, ya que según su comportamiento van avanzando a hogares con más privilegios y autonomía, por lo que debemos tener claro que al empezar el proyecto todos los menores estén en el hogar durante mínimo un mes para conseguir los objetivos y resultados positivos previstos en el menor.

## 5.6. METODOLOGÍA

En primer lugar, es importante recalcar que para esta primera puesta en práctica del proyecto se ha considerado conveniente usar una metodología activa-participativa en juegos principalmente colectivos y conseguir de esta manera unir lazos entre los menores dentro del hogar, aumentando también la confianza y buena relación entre todos.

El proyecto se llevará a cabo durante las horas de deporte que se permiten en el hogar, en este caso el hogar de “Estabilidad” dispone todos los días de una hora por las mañanas y otra por las tardes. Se realizará dos veces por semana durante un mes, con posibilidad de continuar o ampliar el proyecto si los menores permanecen en este mismo hogar. Concretamente se harán los martes y jueves del mes de mayo, de 18:00 h a 19:00 h, ya que son las únicas horas que el centro nos permite por disponibilidad de este. Debemos tener en cuenta también que el tiempo del que disponemos para realizar las sesiones es muy limitado, debido a que durante los 60 minutos de deporte los menores tienen 10 minutos que dedican a la merienda según lo estipulado en la normativa del centro. Por esta razón, en cada sesión disponemos de 50 minutos completos para realizar la actividad propuesta en cada día.

Esta primera propuesta está destinada en total a un grupo compuesto por 8 menores, ya que son los que residen en el hogar escogido en la duración del proyecto. Existe la posibilidad de realizarlo con un grupo de 7 a 10 menores, teniendo en cuenta la capacidad de la que dispone cada hogar en el que se realice el proyecto en un futuro.

Las sesiones se llevarán a cabo en las pistas deportivas situadas dentro del centro, las cuáles se ubicarán espacialmente a continuación (apartado 5.9). En caso de no poder realizar las actividades en el exterior por causas externas o meteorológicas, se dispone de otra opción para poder realizar una actividad diferente dentro del hogar sin perder la continuidad ni los objetivos del proyecto.

## **5.7. ACTIVIDADES**

Para comenzar, en este proyecto todas y cada una de las actividades están destinadas unos objetivos concretos, descritos anteriormente. Por lo que cada sesión está sujeta a unas metas concretas a conseguir tanto por el educador como por los menores especialmente.

Las actividades propuestas están sujetas a posibles cambios según lo consideren educadores o el propio centro por diferentes motivos, siempre que no modifiquen los objetivos propuestos en este proyecto.

Todas las actividades realizadas durante el proyecto son principalmente grupales, por lo que se requiere de la participación continua de los menores que estén insertos en el programa, para conseguir así que se cumplan todos los propósitos, destacando la socialización de todo el hogar en conjunto.

Las sesiones se realizarán en las pistas deportivas como ya se ha mencionado anteriormente, destacando la excepción de llevarlas a cabo dentro del hogar por causas meteorológicas, ya que las pistas están al aire libre. En este caso se procederá a impartir dos actividades posibles propuestas para esta situación en concreto. (ANEXO 2)

## **5.8. CRONOGRAMA**

Para comenzar con este proyecto se hará una presentación de este, tanto al equipo técnico del centro como a los educadores que lo llevarán a cabo, para tener en cuenta las pautas y recomendaciones que deberán seguir, así como los beneficios que tendrá su puesta en práctica en el centro.

El proyecto se impartirá durante el mes de mayo de 2020, se ha elegido este mes por la posibilidad de realizar todas las actividades en el exterior y especialmente por el motivo que durante este mes los menores del mismo hogar podrán participar sin problema en el proyecto.

Posterior a la implantación del proyecto se hará una puesta en común con todos los participantes para tener en cuenta posibles cambios que mejoren el proyecto.

<b>DIA/ SEMANA</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>ABRIL: SEMANA 16</b>			<b>PRESENTACIÓN DEL PROYECTO</b>		
<b>MAYO: SEMANA 18</b>		<b>ACTIVIDAD Nº1</b>		<b>ACTIVIDAD Nº2</b>	
<b>MAYO: SEMANA 19</b>		<b>ACTIVIDAD Nº3</b>		<b>ACTIVIDAD Nº4</b>	
<b>MAYO: SEMANA 20</b>		<b>ACTIVIDAD Nº5</b>		<b>ACTIVIDAD Nº6</b>	
<b>MAYO: SEMANA 21</b>		<b>ACTIVIDAD Nº7</b>		<b>ACTIVIDAD Nº8</b>	
<b>JUNIO: SEMANA 23</b>	<b>EVALUACIÓN DEL PROYECTO</b>	<b>INFORME DEL PROYECTO</b>	<b>PRESENTACIÓN DE RESULTADOS</b>	<b>DIFUSIÓN A OTROS CENTROS</b>	<b>DIFUSIÓN A OTROS CENTROS</b>

## **5.9. EVALUACIÓN**

La evaluación inicial del proyecto se hará mediante un indicador cuantitativo que será un cuestionario (ANEXO III), para saber los valores y actitudes de los menores participantes. Al igual que mediante la observación de las actitudes que presentan en las primeras sesiones, recogiendo los datos en un diario de campo.

Durante el transcurso del proyecto se mantendrá siempre el método de observación por parte de los dos educadores que lo impartan, anotando así las cuestiones que crean importantes o que requieran de alguna modificación durante la

realización de las sesiones, para alcanzar de la mejor manera los objetivos planteados. De esta manera se realizará una puesta en común a través de indicadores cualitativos (grupo de discusión) tras cada sesión, para obtener la evaluación procesual mediante la opinión y sensaciones que transmite cada actividad a los menores. Dicha reflexión fina permitirá al educador rellenar un formato de observación (ANEXO IV) tras finalizar cada actividad, la cual nos permitirá conocer la evolución de cada menor durante el proyecto.

Como evaluación final será conveniente que los menores realicen el mismo cuestionario inicial, para saber si esos valores y habilidades han mejorado respecto el inicio del proyecto y si realmente se han conseguido los objetivos propuestos durante las sesiones. El principal indicador que se usará para esta evaluación final será el de logros, es decir, verificar que los menores han conseguido los objetivos propuestos, al igual que el indicador de actividades, constatar que todos los menores han realizado con éxito los ejercicios propuestos para cada sesión.

A partir de los resultados obtenidos mediante los cuestionarios y las hojas de observación de los educadores, se realizará un informe con los datos más relevantes y los beneficios obtenidos tras la realización del proyecto.

## **5.10 . RECURSOS Y PRESUPUESTO**

El proyecto será impartido por dos educadores sociales del centro habilitados para ello, por lo que serán necesario como recursos humanos dos educadores, al igual que la presencia del personal de seguridad obligatorio según la normativa del centro.

Los recursos materiales utilizados para las actividades serán proporcionados por el propio centro de los que ya dispone, serán los siguientes: balones, colchonetas, picas, conos, porterías portátiles...

Los recursos espaciales como ya hemos mencionado anteriormente serán las pistas deportivas que se encuentran dentro del centro educativo juvenil “La Cañadas”, situado en Fernán Caballero (Ciudad Real), las cuales están ubicadas en el siguiente mapa:



Fuente de información: Elaboración propia a partir de datos del centro.

El presupuesto destinado para la realización del proyecto será únicamente el salario de los educadores, ya que los materiales necesarios están disponibles en el centro. Teniendo en cuenta que el proyecto se imparta en un mes el presupuesto requerido será de 3.200 €, por lo que el presupuesto variará dependiendo de los meses que se implante el proyecto en el centro y la cantidad de educadores que participen en él.

## 5.11 RESULTADO ESPERADO

Respecto a los resultados esperados, se prevé que todos los menores participantes alcancen un nivel de autonomía y responsabilidad que les permita la inclusión sin problema alguno en su entorno directo cuando abandonen el centro.



Con este proyecto se quiere conseguir que los menores adquieran las habilidades necesarias para saber afrontar los problemas de la vida diaria con determinación y continúen con cambios positivos que les permitan no volver a reincidir y cometer infracciones sociales. Todo ello será posible con la participación en los juegos y deportes que incluye el proyecto, a través de los valores que la actividad física inculca a los jóvenes.

Se espera también que los menores participantes cambien sus ocupaciones de ocio que anteriormente serían perjudiciales para ellos, a otras actividades lúdicas que les aporten beneficios y les ayuden a llevar unos hábitos de vida saludable.

## **6. CONCLUSIONES**

Es importante destacar principalmente la influencia del deporte en este proyecto, ya que a través de él se persigue implantar unos valores y habilidades de las que en muchas ocasiones no solo los menores infractores si no los adolescentes en general carecen de ellas. Teniendo en cuenta que en la actualidad el deporte esta muy presente en la vida de las personas, tanto directa como indirectamente. La afición a la práctica de un deporte supone una oportunidad y puede ser de gran utilidad como método a través del cual trabajar, de manera fácil y dinámica, la educación en valores y la inclusión social.

Podemos decir que la práctica del deporte y la actividad física es un método bastante aceptado por los menores a la hora de aprender, ya que rompe con su rutina dentro del centro y liberan energías con él. Por lo que se debe aprovechar este gran interés y motivación para inculcarles las actitudes necesarias que les permitan tener la suficiente autonomía para resolver los problemas de la mejor manera en su vida diaria, así como favorecer la socialización de éstos dentro de su propio hogar.

De esta misma manera se puede afirmar que los adolescentes que practican deporte dedican menos tiempo libre a realizar actividades lúdicas que resultan “nocivas” para ellos, debido a que es una etapa bastante vulnerable pueden dejarse

influenciar por otros. Así mismo, se debería dedicar mas tiempo e interés en apoyar este tipo de proyectos no solo en centros de menores, si no en institutos y centros de acogida como un posible método de prevención de conductas delictivas.

Cabe destacar que este proyecto va dirigido a menores en conflicto con la ley, pero existe la posibilidad de poder ser llevado a cabo con otros colectivos que presenten las mismas necesidades o que se encuentren en situación de exclusión social, como por ejemplo personas migrantes, víctimas de violencia de género, menores que forman parte del sistema de protección, personas con problemas de drogodependencia, etc. En definitiva, el proyecto busca la adquisición de valores por parte de personas en situación de vulnerabilidad o riesgo de exclusión social, favoreciendo la adquisición de las competencias, autonomía y confianza necesarias para su plena inclusión en su entorno, utilizándose el deporte como medio durante el proceso.

Por último, es importante destacar la figura del educador social para una eficaz implantación de este proyecto, debido a que posee las habilidades y características necesarias para ello, puesto que tiene los conocimientos para actuar como agente de mediación ante los conflictos que se presenten entre los menores, tanto a nivel personal como grupal, a la vez que les inculca los valores y actitudes necesarias para que los menores aprendan a resolver los problemas con autonomía y determinación de la manera mas correcta posible.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alcaraz-Ibáñez, M., y Aguilar-Parra, J. M. (2016). Prevención de la conducta antisocial a través de la práctica de actividad física y deportiva. *IV congreso internacional de deporte inclusivo: libro de actas. universidad de Almería 25 al 29 de mayo 2015* (176-185). Recuperado de: <http://0ebookcentral.proquest.com.avalos.ujaen.es>

Balboa, C. (2014). *La inclusión social de jóvenes infractores a través de la actividad física y deporte como transmisor de valores*. (Trabajo de Grado). Universidad de Sevilla, España.

Gallego, J., y Alcaraz-Ibáñez, M. (2016). El valor de los programas deportivos y de actividad física como agentes de reinserción social de los menores infractores. *Avances en actividad física y deportiva inclusiva*, (72-83). Recuperado de: <http://0-ebookcentral.proquest.com.avalos.ujaen.es>

Graña, J.L., y Rodríguez, M.J., (2010). Programa central de tratamiento educativo y terapéutico para menores infractores. Madrid. Recuperado de: <https://www.observatoriodelainfanciadeasturias.es/documentos/f07022012130358.pdf>

INE. (2017). Madrid: Instituto Nacional de Estadística.

Juegos cooperativos. Educación física: recursos didácticos. Recuperado de: <http://edufisrd.weebly.com/juegos-cooperativos.html>

Justicia, F., Benítez, J.L., Pichardo, M.C., Fernández, E., García, T. y Fernández, M. (2006). Aproximación a un nuevo modelo explicativo del comportamiento antisocial. *Revista electrónica de Investigación*

*Psicoeducativa*, 9, 131-150. Recuperado de: [http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/9/espanol/Art\\_9\\_117.pdf](http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/9/espanol/Art_9_117.pdf)

Ley 5/2000. Boletín Oficial del Estado. Madrid, España. 13 de enero de 2000.

Martín, P. J. J., y González, L. J. D. (2005). Actividad física y deporte en jóvenes en riesgo: educación en valores. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(80), 13-19. Recuperado de: <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=171>

Maza, G., Balibera, K., Camino, X., Durán, J., Jiménez, P.J, y Santos, A. (2010). Deporte actividad física e inclusión social, una guía para la intervención social a través de las actividades deportivas. Recuperado de: <http://www.planamasd.es/sites/default/files/programas/medidas/actuaciones/WEB-GUIA+I.pdf>

Navarro Pérez, J. J., Uceda i Maza, F. X., y Pérez Cosín, J. V. (2013). La construcción del ocio en adolescentes y su influencia en el desarrollo de trayectorias delictivas. *Cuadernos de Trabajo Social*, 26-2, 455-465. Recuperado de: <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/viewFile/41272/41400>

Pelegrín, A., Garcés de los Fayos, E. J. y Cantón, E. (2010). Estudio de conductas prosociales y antisociales. Comparación entre niños y adolescentes que practican y no practican deporte. *Información psicológica*, (99), 64-78. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=364>

Pérez Sanz, M. C. (2015). *Intervención educativa de jóvenes en riesgo de exclusión social a través de la actividad física y el deporte*. (Trabajo de Grado). Universidad de Valladolid, España.

Pérez-Heredia, D. (2017, 23 de febrero). El deporte como medio de integración social. *Revista digital insem*. Recuperado de:

<https://revistadigital.inesem.es/educacion-sociedad/inclusion-social-deporte/>

Rutter, M. y Giller, H. (1988). *Delincuencia juvenil*. Barcelona: Martínez Roca

## 8. ANEXOS

### ANEXO I: ACTIVIDADES EN EL EXTERIOR.

<b>ACTIVIDAD</b> Nº1:	<b>“PESCA EN EL MAR”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li><li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li><li>• Saber socializarse correctamente con sus iguales.</li></ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa, puesto que se requiere del apoyo conjunto de todo el grupo en un juego cooperativo.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Materiales: 3 colchonetas pequeñas, objetos al azar (conos, picas, balones...)</li><li>• Pista de fútbol sala.</li><li>• Impartido por dos educadores.</li></ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>En primer lugar, se hará un breve calentamiento de 10 minutos mientras el educador explica la actividad. En este juego todo el hogar participa conjuntamente por lo que estarán organizados en un solo grupo de 8 personas. Deberán recoger dentro del tiempo indicado (25 minutos), todas las cosas que previamente se han colocado aleatoriamente en la pista de baloncesto. Los menores tendrán que desplazarse por todo el espacio sin tocar el suelo con las colchonetas, sin poder salirse de ellas deberán ir avanzando hasta recoger todos los materiales y</p>

llevarlos uno por uno de nuevo al punto donde comenzaron para agrupar allí todos. La participación de todos los componentes del grupo en la recogida de materiales es obligatoria para conseguir los objetivos.

Tras el juego se hará una puesta en común de unos 15 minutos para tener en cuenta las opiniones de todo el grupo.

<b>ACTIVIDAD N°2</b>	<b>“BALONCESTO”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Aprender a respetar las normas y las personas en general a través de la aceptación de las reglas deportivas.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	<p>Activa- participativa, juego de equipo. Seguir las reglas básicas del baloncesto.</p>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: balón de baloncesto.</li> <li>• Pista de baloncesto.</li> <li>• Se impartirá por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Para comenzar se hará un calentamiento específico de baloncesto insistiendo en muñecas, brazos y hombros (15 minutos), mientras el educador explica las reglas del baloncesto.</p> <p>Los menores se dividirán en equipos de 4 personas y se procederá a jugar un partido, con la excepción de que, para fomentar la cooperación e inclusión de todos los integrantes del equipo, antes de meter canasta deberán haber tocado todos los componentes el balón para que el punto sea válido.</p> <p>El partido tendrá una duración de 25 minutos.</p> <p>A continuación, se procederá a la vuelta a la calma y la puesta en común de la actividad (10 minutos).</p>



<b>ACTIVIDAD N°3</b>	<b>“BALONPIE GALÉICO”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Aprender a respetar las normas y las personas en general a través de la aceptación de las reglas deportivas.</li> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa, juegos cooperativos.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: balón de fútbol.</li> <li>• Pista de fútbol sala.</li> <li>• Se impartirá por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>En primer lugar, se hará un calentamiento específico en el que cada menor hará un ejercicio, con la intención de que todos los demás le presten atención, a la vez que atienden la explicación del educador (10 minutos).</p> <p>El juego consiste en dividirse en dos equipos de 4 personas cada uno, deberán cooperar juntos pasándose el balón tanto con el pie como con la mano para avanzar hacia la portería contraria y meter gol. La regla es que el educador asignará un número a cada jugador de ambos equipos y cada vez que el balón cambie de posesión el educador dirá en voz alta el número del jugador que puede meter gol. Por lo tanto, deberán coordinarse para que ese jugador</p>

consiga meter gol sin ser interceptado por el equipo contrincante.

El juego tendrá una duración aproximada de 30 minutos.

Tras esto se procede a estirar y poner en común las sensaciones que han tenido los menores durante la actividad (10 minutos).

<b>ACTIVIDAD N°4</b>	<b>“VÓLEIBOL”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Aprender a respetar las normas y las personas en general a través de la aceptación de las reglas deportivas.</li> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa, juegos de equipo y cooperación.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: balón de vóleibol.</li> <li>• Pista de vóleibol.</li> <li>• Impartido por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>En este juego se hará un calentamiento específico, insistiendo en muñecas, dedos y hombros, a la vez que los educadores explican las reglas del juego (10 minutos).</p> <p>Se dividirá al grupo en dos equipos de 4 personas para jugar un partido vóleibol. El equipo deberá hablar y coordinarse entre todos para poder efectuar los pases al otro equipo. El partido durará 30 minutos.</p> <p>Después se pondrán en común las opiniones sobre la actividad y se hará una pequeña reflexión conjunta mientras hacen estiramientos (10 minutos).</p>

<b>ACTIVIDAD N°5</b>	<b>“FÚTBOL INCLUSIVO”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Aprender a respetar las normas y las personas en general a través de la aceptación de las reglas deportivas.</li> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa, juegos de equipo y cooperación.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: balón de futbol, porterías pequeñas.</li> <li>• Campo de fútbol 3x3.</li> <li>• Será impartido por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Para comenzar, se hará un calentamiento general conjunto mientras el educador explica las reglas del juego (10 minutos).</p> <p>Se dividirán en dos equipos de 4 personas, el objetivo es meter gol siempre que cumplan dos reglas básicas; primero deben tocar balón todos los componentes del equipo y deberán estar todos en el mismo campo. Si consiguen meter gol el equipo deberá cantar victoria con algún ritmo o grito de guerra que previamente habrán elegido entre todos, fomentando así el aumento de la autoestima y comunicación entre ellos. Deberán animarse entre los dos equipos para no perder la desmotivación durante el juego.</p> <p>El partido tendrá una duración de 30 minutos.</p> <p>Después del ejercicio se hace una reflexión común mientras vuelven a la calma y estiran en grupo (10 minutos).</p>

<b>ACTIVIDAD N°6</b>	<b>“BALÓN-PAÑUELO”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Saber socializarse correctamente con sus iguales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa, juegos de coordinación y atención.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: un balón de baloncesto.</li> <li>• Pista de baloncesto.</li> <li>• Será impartido por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>En primer lugar, se hará un breve calentamiento a la vez que el educador explica el juego (10 minutos). Se dividirán en dos grupos de 4 personas. Cada equipo se situará detrás de las canastas y cada jugador tiene asignado un número, cuando el educador diga un número el menor de cada equipo que corresponda saldrá corriendo a por el balón para encestar en su canasta. En el caso de que el contrincante pueda robar el balón deberá correr hasta su canasta para encestarlo. Es importante que los equipos se animen entre ellos para mantener el apoyo a los participantes. El juego tendrá una duración de 25 minutos.</p> <p>Tras esto se procederá a estirar y poner en común las opiniones sobre la actividad (15 minutos).</p>

<b>ACTIVIDAD N°7</b>	<b>“PAREJA DE AROS”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Saber socializarse correctamente con sus iguales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa. Juegos en grupo.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: aros de colores.</li> <li>• Pista de fútbol de 3x3.</li> <li>• Se impartirá por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Para comenzar se hará un calentamiento general mientras el educador explica en que consiste el juego (10 minutos).</p> <p>Este juego va dirigido especialmente a la habilidad de socialización y comunicación entre los menores.</p> <p>Se repartirán ocho aros, de cuatro colores distintos, por lo que dos menores coincidan siempre en color.</p> <p>En la pista de futbol de 3x3 se repartirán aleatoriamente, a la señal del educador deberán coordinarse entre todos para lanzarse el aro con el compañero del mismo color sin interceptar con los demás aros, una vez tengan el aro de su compañero deberán decir cada uno algo que les guste o les agrade de esa persona, para conseguir aumentar la autoestima de todos. Para que coincidan con todos los menores después de realizar este ejercicio deberán lanzar los aros aleatoriamente para coger otro color distinto al que tenían. Así podrán decirse</p>

cosas positivas entre todos. El juego tendrá una duración de 20 minutos.

Después de la actividad todos los menores pondrán en común las cosas positivas que mas les gustaron, es importante dedicar mas tiempo a esta puesta en común ya que podemos recalcar las características positivas de cada menor, por lo que dedicaremos unos 20 minutos en esta reflexión.

<b>ACTIVIDAD N°8</b>	<b>“DÉJATE LLEVAR”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Saber socializarse correctamente con sus iguales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa participativa, juegos de comunicación y cooperación.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: conos, antifaz o vendas para tapar los ojos, vasos de plástico, 4 cubos y agua.</li> <li>• Pista de futbol de 3x3</li> <li>• Se impartirá por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Para esta actividad no se requiere de un calentamiento específico porque el ejercicio será mínimo, por lo que cada menor realizará un ejercicio para que los demás lo sigan a la vez que el educador explica el juego (10 minutos).</p> <p>En primer lugar, se dividirá al grupo en equipos de 4 personas, a continuación, se vendan los ojos a un participante de cada equipo, mientras que cada equipo ordena los conos al equipo contrincante con la intención de formar un circuito. Después de esto se le da al menor con los ojos vendados un vaso con agua, que deberá vaciar en un cubo al finalizar el circuito, todo ellos sin quitarse la venda, deberá guiarse simplemente por las indicaciones de sus compañeros. Cada vez que un nuevo menor vaya a realizar el circuito el equipo contrincante deberá</p>



cambiar los conos para no que no se aprendan el recorrido. El objetivo de este juego es que puedan confiar entre todos para conseguir un mismo objetivo, animándose entre ellos y aceptando las indicaciones de tus compañeros. El juego durara aproximadamente 30 minutos)

Después de esto se pondrá en común la experiencia de ser guiado por tus compañeros y las sensaciones que le han producido esta actividad (10 minutos).

## ANEXO II. ACTIVIDADES ALTERNATIVAS DENTRO DEL HOGAR.

<b>ACTIVIDAD N°1</b>	<b>“YOGA”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Saber socializarse correctamente con sus iguales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiales: música para relajación, 10 colchonetas pequeñas.</li> <li>• Salón del hogar.</li> <li>• Impartido por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Esta clase se impartirá únicamente en caso de que no se pueda realizar alguna actividad exterior propuesta en el proyecto.</p> <p>Tendrá una duración de 50 minutos al igual que las actividades exteriores. Los educadores impartirán una clase de yoga de la cual se han tenido que documentar previamente para un correcto desarrollo de la esta. Los menores realizarán ejercicios tanto individuales como por parejas, para saber aceptar el apoyo y confianza de la otra persona, así como seguir con el objetivo de la socialización.</p>

<b>ACTIVIDAD N°2</b>	<b>“MUELLE DE LA CONFIANZA”</b>
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de comunicación y resolución de conflictos mediante deportes de equipo.</li> <li>• Conseguir un nivel considerable de autoestima y responsabilidad a partir del interés por la consecución de objetivos tanto individuales como grupales.</li> <li>• Saber socializarse correctamente con sus iguales.</li> <li>• Practicar actividades lúdicas que sean positivas para ellos mismos.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Activa- participativa, juegos de cooperación.
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se necesitarán recursos materiales para esta actividad.</li> <li>• Será impartida por dos educadores.</li> </ul>
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>Durante 50 minutos se harán varias dinámicas especialmente dirigidas a reforzar los lazos dentro del hogar, así como la socialización de todos los menores. En primer lugar, se separarán por parejas, el ejercicio consistirá en que sentados en el suelo espalda con espalda deberán levantarse sin apoyar manos o brazos en el suelo, simplemente con la ayuda del compañero. Se repetirá el mismo ejercicio hasta que consigan hacerlo todos los componentes del grupo a la vez, es decir, levantarse los ocho conjuntamente coordinándose y ayudándose entre todos.</p> <p>Otra dinámica será elegir a un voluntario para realizar la actividad, mientras que los otros 7 forman un círculo, entrelazando piernas y brazos para que el menor que está en su interior no pueda salir. La clave de esta dinámica es que el menor intentará por todos</p>

los medios salir a la fuerza, cuando la única forma que tiene de salir es simplemente pidiéndolo “Por favor”. Con esta dinámica se quiere dar especial atención a las formas de resolución de los problemas.

El tiempo estimado para cada dinámica varía en función del desarrollo de esta, pero se estima uno 15 minutos para cada una de ellas, dejando el tiempo restante para una reflexión y puesta en común de la actividad.

### **ANEXO III. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN.**

NOMBRE:

HOGAR DE CONVIVENCIA:

PREGUNTAS DE EVALUACIÓN:

1. ¿Consideras que tu forma de resolver los problemas es siempre correcta? ¿Por qué?
2. ¿Sientes apoyo y afecto dentro de tu grupo de amigos?
3. ¿Crees importante tener una persona de confianza para contarle tus problemas?
4. ¿Aceptas fácilmente las indicaciones que recibes de los educadores?
5. ¿Cuándo otra persona no acepta tus acciones, como actúas?
6. ¿Cómo actúas cuando los demás no te hacen caso?
7. ¿Si un compañero de tu hogar necesita ayuda, se la das?
8. ¿Crees que la práctica deportiva es positiva para ti?
9. ¿Tienes buena comunicación con tus compañeros de hogar?
10. ¿Prefieres participar en juegos de equipo o individuales?

## ANEXO IV. HOJA DE OBSERVACIÓN EN CADA SESIÓN.

ACTITUDES Y HABILIDADES	Acepta las normas y reglas del juego establecidas por el educador.	Se compromete a ayudar y apoyar a sus compañeros durante el juego.	Participa activamente durante todo el desarrollo de la actividad.	Muestra una actitud de motivación y cooperación,	Afronta los problemas que surgen con determinación y confianza.
NOMBRE ALUMNO	Siempre/ a veces /nunca.	Siempre/ a veces /nunca.	Siempre/ a veces /nunca.	Siempre/ a veces /nunca.	Siempre/ a veces /nunca.