

PROYECTO DEPORTIVO ESCOLAR

DOCUMENTO PARA EL DEBATE

1) QUIENES SOMOS

- a) Principios de identidad
- b) Funciones de cada entrenador/a
- c) Criterios de contratacion de monitoras/es
- d) Duracion de las actividades

2) QUIENES QUEREMOS LLEGAR A SER

3) PLANES ESTRATEGICOS

- a) Plan deportivo
- b) Plan formativo
- c) Plan economico
- d) Plan comunicativo
- e) Plan de salud
- e. l) Protocolo actuacion ante diferentes lesiones

4) QUE ESPERAMOS DE LAS MADRES Y LOS PADRES

- a) Funciones de las madres y de los padres en los turnos de cuidado de partidos y entrenamientos.
- b) Familiares, queremos jugar con estas 10 normas.

5) DECALOGO JUEGO LIMPIO

6) DECALOGO BUENAS/OS ESPECTADORAS/ES

1) ¿QUIENES SOMOS?

A) CONCRETAR LOS PRINCIPIOS DE IDENTIDAD DE LA ENTIDAD

Sobre las actividades extraescolares:

- Uno de los principales objetivos de las actividades es impulsar el uso del Euskara, siempre mediante practicas basadas en las relaciones igualitarias y sanas. Ofrecerles a las/los niñas/os un espacio lúdico fuera del aula en el que poder relacionarse con sus iguales en Euskara. Se potenciará la participación de todas/os, dando cabida a diversos géneros, procedencias y capacidades.
- Partiendo de ese objetivo no se harán distinciones en los grupos basados en el genero. Todos los grupos serán mixtos. Siendo conscientes de que esta decisión por si misma no garantiza el desarrollo de las actividades de un modo igualitario y en valores coeducativos, esta medida se blindara mediante diferentes formulas.
- Son las experiencias lo que realmente nos interesan y no los resultados. Se impulsará por parte de las familias y las/los monitoras/es el disfrute de las experiencias y el desarrollo de las actividades en un ambiente positivo y sin discriminación por el genero.
- Sera condición contractual que las/los monitoras conozcan y sean capaces de comunicarse en Euskara y que tengan formación básica en coeducación. Estas personas se comunicarán en todo momento en Euskara con los menores. Y trabajaran para que las relaciones igualitarias dentro de cada actividad se desarrollen en Euskara, dando prioridad a esto. Se potenciarán las actividades relacionadas con la cultura vasca.
- A comienzo de cada curso se formará a las/los monitoras/es sobre estas materias: potenciar el uso del Euskara y modelos de relaciones igualitarias (las dos primeras sesiones se destinarán a ello). Esta formación tiene que tener continuidad durante el curso, para lo cual es necesaria la implicación de cada responsable de actividad y en general la actitud participativa de todas las familias.
- Se potenciarán las relaciones basadas en la cooperación. Aun partiendo de la base de que existen actividades en las que es necesaria la competencia, se priorizara en todo momento el trabajo en equipo y las relaciones solidarias. No se aceptarán actitudes de desprecio, tampoco actitudes negativas-competitivas por parte de las familias. Se activará un protocolo para que no se den este tipo de actitudes y se convocara una reunión para tratar el tema si fuese necesario. Es responsabilidad de todas/os que esto no suceda y en caso de detectar alguna actitud contraproducente se informara al responsable para que haga seguimiento.
- Se pondrá en valor la importancia de practicar actividades físicas y mantener costumbres sanas, especialmente entre las niñas para superar el desequilibrio existente hoy en día. Hay que tener en cuenta que el disfrute con la actividad física no se percibe de igual manera entre las niñas o entre los niños.

b) FUNCIONES DE LAS/LOS ENTRENADORAS/ES DE CADA DEPORTE

- Presentar al responsable del deporte, o la comisión deportiva, la metodología, objetivos, normas internas,... que llevará a cabo durante el desarrollo del curso escolar.
- Gestión y dirección del equipo durante, antes y después de los partidos y entrenamientos, teniendo que acudir obligatoriamente (salvo causas justificadas) tanto a entrenamientos como a partidos oficiales.
- Diseñar las sesiones de acuerdo con la planificación y objetivos.
- Garantizar el uso del Euskara al 100% en el equipo antes, durante y después tanto en los partidos como en los entrenamientos.
- Ser puntual y cumplir con el horario establecido.
- Conocer y enseñar las reglas del juego a sus jugadoras/es, haciendo especial hincapié en las/los participantes primerizas/os.
- Trabajar de forma ética y potenciar actitudes que fomenten la integración, participación y trabajo en equipo.
- Fomentar y potenciar la participación de todas y todos mediante prácticas basadas en relaciones igualitarias y sanas, dando cabida a diversos géneros, procedencias y capacidades.
- Velar por el cumplimiento de los objetivos marcados por la escuela para con las actividades extraescolares (comprometido con los objetivos de la escuela).
- Garantizar el cumplimiento de las normas de vestimenta, hábitos de higiene, asistencia y juego limpio por parte de las/los jugadoras/es.
- Participar en las sesiones de formación que desde la AMPA se organicen.
- Cuidar las instalaciones y el material deportivo, garantizar que éste se guarda de la manera correcta y en el almacén correspondiente.

c) CRITERIOS DE CONTRATACION DE MONITORAS/ES

En un primer momento se les dará continuidad a las y los monitoras/es del curso anterior, a no ser que por algún motivo interno o externo no continúen. En este caso y previa solicitud a la empresa correspondiente (la cual se intentará hacer en julio) se buscarán monitoras/es de un perfil concreto dando prioridad a mujeres y valorando como méritos estudios, conocimientos, experiencia,... relacionados con el deporte, trabajo en grupo, trabajo con niñas/os,... y siendo condición sine qua non ser euskaldun y tener el título de monitor/a de tiempo libre.

d) DURACION DE LAS ACTIVIDADES

Las actividades, por norma general, empiezan en octubre y acaban en mayo. Se suspenderán en días especiales para impulsar determinadas actividades como el 8 de marzo, Zientza Azoka, Euskararen eguna y en días de huelga en la enseñanza,...

2) ¿QUIENES QUEREMOS LLEGAR A SER?

Queremos desarrollar un proyecto deportivo en el que puedan participar el mayor número de alumnas/os y que sirva, de forma educativa, como un medio de desarrollo personal, de ocio y entretenimiento.

No basar el planteamiento sólo en el resultado deportivo, si no en el resultado educativo.

Deseamos formar un modelo de deportista autónoma, comprometida, crítica, creadora de lazos, libre, solidaria, responsable, euskaldun,...

Buscar modelos que favorezcan la integración de todos los colectivos en el deporte escolar.

Desarrollando en el alumnado hábitos de vida saludables:

- Ayudando al desarrollo de habilidades motrices.
 - Buscando el desarrollo de habilidades básicas que puedan dar soporte a futuras prácticas deportivas.
 - Fomentando el hábito y la afición por la práctica deportiva entre las/los alumnas/os.
-
- Queremos un deporte donde lo realmente educativo no sea el propio deporte, si no basado en otro tipo de valores (compañerismo, esfuerzo, igualdad...), fuera aparte de los valores de competición.
 - Queremos un deporte escolar como un medio para el crecimiento y educación integral; y que no sea el deporte una finalidad en si mismo, fomentando la capacidad de esfuerzo, hábitos de vida saludable y calidad de vida, sentido de equipo, sentido cooperativo de la actividad, valoración de los demás, integración de los más desfavorecidos, respeto a las normas, colaboración e intercambio.

- Un deporte concebido como actividad, trabajo en equipo, no como algo elitista o como selección de los mejores, podrán participar en él, todas las alumnas/os que lo deseen.
- Queremos un deporte donde prime el respeto hacia las y los participantes en general (monitoras/es, jugadoras/es, arbitras/os,...), por encima de los resultados y siendo las y los familiares meros espectadoras/es de la actividad.

Aparte de fomentar el aspecto deportivo, el deporte tiene que tener otro tipo de valores:

- Socializar con los demás
- Respeto
- Constancia
- Superación a través del esfuerzo
- Cooperación
- Compañerismo
- Igualdad

3) **¿QUÉ VAMOS A PLANIFICAR?**

a. PLANES DE ACCIÓN ESTRATÉGICOS:

a) PLAN DEPORTIVO:

El objetivo del plan es mejorar y afianzar el proyecto de deporte escolar para que evolucione y se adapte a las necesidades reales del Centro, demanda de las alumnas/os, de los tiempos y del entorno social.

Las líneas de trabajo por itinerario y actividad deportiva son:

HEZIKI (1º Y 2º de primaria)

Promover la actividad multideportiva, proporcionando habilidades motrices, favorecer el trabajo en equipo, con una atención personalizada teniendo en cuenta el nivel de

cada deportista y para acercar a la actividad deportiva a las/los mas pequeñas/os. Entre los deportes que mas se trabajaran están baloncesto, balonmano y futbito.

Las/los alumnas/os de primero de primaria trabajaran las habilidades básicas mediante una serie de juegos que puedan dar soporte a unas futuras habilidades deportivas.

Las/los alumnas/os de segundo de primaria seguirán desarrollando dichas habilidades y empezaran a conocer las normas básicas de diferentes deportes, con el objetivo de dar a conocer los deportes que se ofrecen a partir de 3º de primaria para que puedan elegir el que mas les guste. La actividad se desarrollará en el gimnasio de la eskola y será de una hora semanal de duración durante el periodo de octubre a mayo. Esta repartido en 2 categorías dependiendo de la edad:

- HEZIKI 1 (AÑO)
- HEZIKI 2 (AÑO)

DEPORTE ESCOLAR (3º, 4º, 5º y 6º de primaria)

Actividades escolares de competición, iniciativas o recreativas, organizadas por las diferentes federaciones deportivas, bajo la supervisión de la diputación foral de Bizkaia, con el objetivo entre otros de crear hábitos de vida saludables y regulares fomentando el habito y la afición por la práctica de una o varias actividades deportivas.

En este grupo entran ajedrez, baloncesto, futbito y judo.

AJEDREZ

Por medio del ajedrez impulsar el razonamiento, el pensamiento abstracto y al mismo tiempo mejorar la concentración. Se trabajará el respeto hacia las/los otras/os oponentes. En cuanto a las emociones, saber ganar e intentar controlar las frustraciones que surgen cuando perdemos, trabajando siempre que lo mas importante es jugar y pasárselo bien. Aunque parezca mentira se trabajara el trabajo en equipo mediante diferentes juegos. También se trabajará la importancia del respeto a las normas del juego. Creemos que ajedrez puede ser una herramienta útil para los estudios porque ayuda a pensar, razonar y concentrarse. Durante el curso habrá diferentes jornadas de ajedrez entre eskolas para las/los que quieran participar, generalmente en domingo y una duración de 3 horas. La actividad se desarrollará en la ludoteka de la eskola y durará 50 minutos semanales durante el periodo de octubre a mayo.

Esta repartido en 3 categorías dependiendo de la edad:

- AÑO
- AÑO
- AÑO

BALONCESTO

Fomentar la actividad deportiva y el trabajo en equipo. El grupo de premini, como tiene entre sus participantes a 6 niñas/os de 2010, es decir, de primer año que juegan a baloncesto se hará especial hincapié con ellas/os en aprender las normas y conceptos básicos del baloncesto, manejo del balón (votar, pasar, recepcionar, ...) y trabajar el tiro a canasta, además se hará un seguimiento más personalizado para así intentar reforzar las carencias individuales de cada jugador/a. El grupo de mini se centrará en reforzar los pasos aprendidos en el curso anterior e ir introduciendo conceptos mas técnicos como pueden ser diferentes sistemas de ataque-defensa, perfeccionamiento de la técnica de tiro a canasta, jugadas ensayadas, bote del balón con las dos manos en carrera,... Los equipos de la eskola participan en la liga escolar organizada por la federación vizcaína de baloncesto.

Entrenaran 2 horas semanales entre los meses de octubre a mayo y jugaran los partidos de liga los sábados a la mañana.

Contamos con dos equipos de dos categorías diferentes:

- PREMINI
- MINI

FUTBITO

Aprender a jugar a futbito, para ello se trabajan las posiciones en el campo y jugadas de estrategia. Fomentar el trabajo en grupo, dando importancia a este y no a la valía personal. Disfrutar del deporte y fomentar un buen ambiente de grupo, tomando las decisiones entre todas/os y siempre desde el respeto la/al otra/o. Queremos que la dinámica del grupo se desarrolle en euskara en su totalidad (diálogos, explicaciones, dudas, ...) aunque siendo conscientes de que cuesta vamos lográndolo. También damos mucha importancia a las normas higiénicas y a la importancia de la ducha e higiene después de los partidos y entrenamientos. Fomentar y reforzar la no discriminación por sexos, todos los grupos de la eskola serán mixtos. El equipo de benjamines como tiene participantes que es el primer año que juegan tendrá mas incidencia el primer contacto con el futbito, aprender las normas del juego, la colocación en el campo, la importancia de ser un equipo, la colectividad, El equipo de alevines, una vez asimilados los conceptos mas básicos en la etapa anterior pero sin dejar de profundizar en ellos, se trabajaran otros conceptos mas estratégicos como pueden ser jugadas ensayadas, diferentes tácticas de defensa y ataque,... en este equipo somos 18 y el máximo de inscripciones es de 15 deportistas por equipo, como excedemos este numero se ha solicitado una autorización a la diputación, la cual ha sido concedida. Como somos muchas/os a la hora de jugar

los partidos, nos dividimos en tres grupos de seis y a cada partido irán dos grupos haciendo un total de 12 jugadoras/es jugando como mínimo 1 tiempo cada uno de 3 que son en total. Los equipos de la eskola participan en la liga escolar organizada por la federación vizcaína de futbol.

Entrenaran 2 horas semanales en las canchas de Atxuri entre los meses de octubre a mayo y jugaran los partidos de liga los sábados a la mañana.

-BENJAMINES

-ALEVINES

JUDO

Mediante la metodología empleada en los entrenamientos, aparte de aprender la filosofía y objetivos del judo con su correspondiente beneficio psicológico y físico, desarrollaremos también otros valores; con el montaje y posterior recogida del tatami desarrollamos el trabajo en equipo; al comenzar la clase con el saludo mostramos respeto al monitor y al resto de compañeras/os; haremos un calentamiento y unos estiramientos , haremos una serie practica de saltos, empezaremos la actividad sentadas/os en el suelo y en fila escuchando las explicaciones del monitor, luego bajo la corrección de este vamos haciendo los diferentes ejercicios aprendiendo las técnicas, movimientos,... y haciendo un repaso dependiendo del nivel de cada participante, después haremos combates tanto de pie como en el suelo, cambiando a menudo de contrincante donde enseñamos a cuidar y respetar al rival, para terminar volviendo a estirar y con el saludo de despedida. En definitiva, desarrollaremos la disciplina, esfuerzo, sacrificio, solidaridad, igualdad, superación personal y el respeto. Participaran de modo mixto y de todas las edades juntas/os.

B) PLAN FORMATIVO:

MONITOR/A

- Conocerá normas, objetivos,..., de la eskola de cara a las actividades deportivas mediante una charla informativa con miembros del comité de deportes escolares y se les repartirá el material impreso. En esta misma charla se repartirá el decálogo del juego limpio y el decálogo de las/los buenas/os espectadoras/es del deporte escolar.

- A comienzo de cada curso se formará a las/los monitores sobre estas materias: potenciar el uso del Euskara y modelos de relaciones igualitarias (las dos primeras sesiones se destinarán a ello). Esta formación tiene que tener continuidad durante el curso, para lo cual es necesaria la implicación de cada responsable de actividad y en general la actitud participativa de todas las familias.
- A comienzo de cada curso las/los monitores/as de baloncesto y heziki recibirán una formación sobre la enseñanza de la metodología de entrenamiento impartida por su empresa y financiada por la eskola.

FAMILIAS

- Conocerá normas, objetivos, ... de la eskola de cara a las actividades deportivas mediante una charla informativa con miembros del comité de deportes escolares y se les repartirá el material impreso.
- Durante el curso escolar se harán sesiones para madres/padres sobre diferentes temas, que, sin estar relacionados directamente con la actividad deportiva, si con los objetivos compartidos con el deporte escolar y sirven de apoyo para la educación de nuestras/os hijas/os.

C) PLAN ECONOMICO:

FUENTES DE FINANCIACIÓN:

- Las/los deportistas pagaran una cuota a razón de 90€ las/los que participen en un entrenamiento semanal y 180€ las/los que lo hagan en dos ocasiones.
- Al finalizar el curso escolar y previo cumplimiento de diferentes requisitos optamos a ayudas económicas por parte del ayuntamiento de Bilbao y la diputación de Bizkaia.
- Se les ha hecho una propuesta de colaboración a la Asociación de comerciantes del mercado de la Ribera y en la actualidad nos encontramos esperando una respuesta.

D) PLAN COMUNICACIÓN:

Con el objetivo de mejorar la comunicación entre las diferentes partes que componen el organigrama, nos organizaremos de la siguiente forma:

- A principio de curso se harán diferentes reuniones con las madres/padres de cada actividad, para transmitirles días de entrenamiento, horarios, normas, cuotas, objetivos del Centro para con el deporte escolar, presentación de responsables, ... En la misma reunión saldrá una delegada/o responsable por cada equipo participante y con la que se tendrá una reunión directa desde la junta de deporte escolar.
- Todas las madres/padres conocerán quien es el/la responsable de su deporte y el/la delegada/o de su equipo, con el/la cual, ante la comunicación de cualquier hecho, se pondrán en contacto directo con la misma.
- Se crearán grupos de WhatsApp por cada equipo para las diferentes informaciones, tareas,..., que puedan surgir.
- También contamos con la web del Centro (www.barriketan.eus) para comentar informaciones que queramos compartir (días, horas y lugares de partidos, entrenamientos,...).

Una vez acabado y aprobado el proyecto de deporte escolar se colgará en el blog de la eskola y se enviara por email a todas/os los/las madres/padres de alumnas/os participantes en deporte escolar para poder compartirlo.

E) PLAN DE SALUD:

- Las/los deportistas estarán cubiertas/os por la seguridad social (osakidetza), si ocurriera algún percance que conllevara asistencia sanitaria recurrirán a la misma y dependiendo de la lesión al Centro sanitario o a urgencias del hospital.
- La responsable del deporte correspondiente se encargará de mantener lo botiquines al día y preparados, así como de informar a las personas responsables (delegadas, entrenadoras, árbitros, amas, aitas) cual es su ubicación y cuidado.
- A comienzos del curso escolar y antes del comienzo de los entrenamientos, se revisarán las instalaciones, por un lado, las propias del Centro y, por otro lado, y en coordinación con el Ayuntamiento y el I.E.S. Solokoetxe, las instalaciones que utilizamos en común.
- Contamos con un total de 3 botiquines en el centro escolar , uno situado en el propio gimnasio, otro en conserjería que cubre las necesidades del campo de futbito-balonmano y el ultimo al lado de las aulas de educación primaria, cada uno contiene: termómetro, agua oxigenada, betadine, gasas, tiritas, esparadrapo, algodón, guantes, tijeras, suero fisiológico, agua, pinzas y arnidol para los golpes, en el comedor de la eskola hay jeringas, con su respectivo manual de uso, con adrenalina para las/los alumnas/os alérgicos. Además, tenemos otro botiquín propio de la eskola en el instituto de Solokoetxe, que cubre a los equipos de baloncesto de la eskola que juegan allí, que contiene: vendas, réflex, agua oxigenada, esparadrapo normal y ancho, tijeras, gasas, tiritas y roll para los golpes. Los 2 equipos de futbito cuentan con botiquín propio que contienen cada uno: trombocid, cristalmina, tiritas, vendas, esparadrapo y una bolsa de gel frio, a parte, y en caso de necesidad, podríamos hacer uso de los recursos sanitarios situados en el polideportivo de Atxuri, ya que juegan y entrenan en las canchas de Atxuri situadas al lado del polideportivo.

PROTOCOLO DE ACTUACION ANTE DIFERENTES LESIONES

-ACTUACION ANTE ACCIDENTES BASICOS:

·**HERIDAS SUPERFICIALES:** Limpiar la herida con sueros fisiológico o agua abundante, secar con gasas estériles, aplicar desinfectante (povidona, betadine...) y tapar con un apósito. **Que no hacer:** No utilizar ni alcohol ni secar con algodón.

·**HERIDAS PROFUNDAS:** Controlar la hemorragia mediante compresión y colocar un apósito o gasa húmeda. **Que no hacer:** No usar desinfectantes, no aplicar ningún tipo de crema, no usar algodón, no extraer cuerpos extraños y no manipular la herida.

·**GOLPES, CONTUSIONES, TORCEDURAS LEVES:** Aplicar frío local, retirar objetos como anillos, relojes, ...y aplicar vendaje compresivo si hay hinchazón. Si el golpe es en la cabeza y el/la niño/a se duerme, vomita o pierde la consciencia, acudir al centro sanitario de referencia.**Que no hacer:** No mover ninguna articulación, si la contusión se ha producido en la misma.

·**SI SANGRA POR LA NARIZ:** Apretar las fosas nasales y echar la cabeza hacia adelante. Taponar con algodón o gasa.**Que no hacer:** No hay que echar la cabeza hacia atrás.

·**SI SE HA GOLPEADO EN LA TRIPA:** Sentarle e inclinarle hacia adelante. Acudir al Centro sanitario si el dolor no cesa o aparece hematoma. **Que no hacer:** No hay que dar de comer o beber.

·**SI SE HA GOLPEADO EN LOS DIENTES:** Si se ha desplazado un diente vigilar y acudir al dentista si se oscurece o se inflama la encía. Si se ha roto, guardar y enseñar a la dentista. Si se ha desprendido completamente, lavar el diente, guardar en un trapo húmedo y acudir rápidamente al dentista. **Que no hacer:** Nunca intentar desprender el diente cuando todavía esta adherido a la encía.

·**SI SE HA ATRAPADO UN DEDO:** Poner el dedo bajo agua fría. Si se ha deformado demasiado acudir al Centro sanitario. **Que no hacer:** No manipular la uña si se pone morada.

·**SI ENTRA ALGO EN EL OJO:** Lavar con agua limpia o suero fisiológico, tapar el ojo con gasas húmedas que fijamos con esparadrapo y acudir al Centro sanitario. **Que no hacer:** No manipular el cuerpo extraño, no usar ningún tipo de colirio y/o pomada, no intentar extraer el cuerpo extraño.

·**QUEMADURAS:** Aplicar agua fría durante al menos 15 minutos, pero sin dirigir el chorro directamente a la quemadura, aplicar paños humedecidos con suero fisiológico. Si la quemadura es muy grande acudir al Centro de salud. **Que no hacer:** No reventar las ampollas y no usar pomadas.

·**ANTE UN HERIDA MAS GRAVE (ROTURA, LUXACION, DISLOCACION, ... DE ALGUN HUESO, PERDIDA DE CONOCIMIENTO, HERIDAS MUY SANGRANTES, ...):**

Llamaremos al 112 lo antes posible, seguiremos las pautas que nos vayan dando de acuerdo con el accidente correspondiente y avisaremos a la/el madre/padre del accidentada/o.

4) ¿QUE ESPERAMOS DE LAS Y LOS FAMILIARES?

Las y los familiares debemos contribuir a la formación en valores, potenciando aquellos que favorecen la maduración como personas íntegras -autoestima, dignidad, libertad, responsabilidad,...- y en sus relaciones con las y los demás - respeto, igualdad, lealtad, solidaridad, empatía,...-.

Deseamos que las y los familiares orientemos y fomentemos la actividad física, buscando principalmente el disfrute y la creación de hábitos de vida saludables y procurando que dicha actividad sea, sobre todo al principio, variada para que más adelante, puedan elegir la más adecuada a sus gustos y necesidades, a las suyas, no a las que pudieramos anhelar sus progenitores

- Motivar y animar a la práctica deportiva, recordando que los hábitos de vida saludables se adquieren desde la niñez.
- Procurar que nuestras/os hijas/os no se especialicen desde el principio. Por ejemplo, todas/os no tienen que ser futbolistas, ni jugar en un puesto determinado, ni siquiera ser titular siempre,...
- Valorar el esfuerzo y no el resultado.
- Impulsar la idea de participación antes que la de competición.
- Tratar que nuestras/os hijas/os no sobrevaloren el resultado.
- Apoyar a las y los monitoras/es (no solo el resultado es lo importante).
- Colaborar teniendo un comportamiento correcto en los entrenamientos y en los partidos.
- Fomentar hábitos de vida sana.
- No discriminar ni por género ni por cualquier otra índole.
- Ser responsable y coherente con nuestros mensajes y comportamientos, somos las y los primeras/os modelos a imitar por nuestras/os hijas/os.

Primar siempre los valores participativos y formativos sobre los competitivos para afrontar los posibles conflictos como oportunidades de mejora desde la tolerancia, el respeto a las y los demás, la empatía, la igualdad, la creencia en el valor del diálogo y el consenso, la búsqueda colectiva de las mejores soluciones a los problemas y la ausencia de discriminaciones.

a) FUNCIONES DE LAS MADRES Y LOS PADRES EN LOS TURNOS DE CUIDADO DE ENTRENAMIENTOS Y PARTIDOS

- Durante los turnos de cuidado de entrenamientos y partidos, cuando se den faltas de respeto, insultos, malas actitudes,... entre jugadoras/es o participantes en general deberán mediar ayudando a la entrenador/a.

- Velar por el cumplimiento de los objetivos marcados por la eskola para con las actividades extraescolares y con el proyecto deportivo.
- Cuidar las instalaciones y el material deportivo, garantizar que éste se guarda de la manera correcta y en el almacén correspondiente.

b) FAMILIARES, QUEREMOS JUGAR CON ESTAS 10 REGLAS

- 1- No me grites.
- 2- No le grites al entrenador/a.
- 3- No menosprecies al arbitro.
- 4- No menosprecies a mis compañeras/os.
- 5- No pierdas la calma.
- 6- Rie y diviertete viendome jugar.
- 7- No me des lecciones despues del partido.
- 8- No te olvides de que solo es un juego.
- 9- Piensa que siempre lo hare lo mejor que pueda.
- 10- Con tu apoyo sere feliz.

5) DECÁLOGO DE JUEGO LIMPIO

- 1- Anima a todas/os las/los deportistas cuando las cosas no les salgan bien, y aplaude el buen juego independientemente de quien lo haya realizado.
- 2- Aprende y respeta las normas del juego y a las personas que se encargan de hacerlas cumplir, son imprescindibles en el deporte.
- 3- Respeta las decisiones de tu entrenador/a, aunque no sean de tu agrado, ya que esta es una sus funciones. En otro momento te podrá explicar las razones de sus decisiones.
- 4- Al fingir o exagerar las lesiones, así como el solicitar sanciones, son practicas innobles para intentar ganar un partido.
- 5- Tampoco necesitamos buscar ventaja de situaciones desgraciadas (lesiones), utilizar artimañas antideportivas (pérdida de tiempo), ni provocar mediante insultos.
- 6- Desaprueba las acciones antideportivas realizadas por participantes, entrenadoras/as o incluso por el público.
- 7- No desprecies a tu rival si su nivel es inferior al tuyo, ni celebres exageradamente la victoria en su presencia, ya habrá tiempo para ello. ¡Animaros en la derrota!
- 8- Si realizas alguna acción que ha podido ocasionar daño a tu oponente, interésate inmediatamente por su estado y pide disculpas. Igualmente, en caso de observar una lesión, paraliza el juego y avisa al arbitro del encuentro.
- 9- En caso de producirse discusiones en el terreno de juego, intenta conciliar a ambas partes o al menos no intervengas para agudizarlas.
- 10- Trata a las/los participantes cómo quisieras que te tratarasen a ti.

6) DECÁLOGO DE LAS/LOS BUENAS/OS ESPECTADORAS/ES DEL DEPORTE ESCOLAR

- 1· Aplauda los esfuerzos y buenas actuaciones de todas/os las/los deportistas. El resultado no es lo más importante.
- 2· Muestra respeto por quienes participan en la actividad: escolares, entrenadoras/es, arbitras/os y público.
- 3· No les regañes por cometer errores. Están aprendiendo. Puedes hacer comentarios positivos, estos si son motivadores.
- 4· Fomenta en todo momento el uso de estas normas entre el resto del público espectador, con ello conseguirás que la actividad sea más beneficiosa para todas/os.
- 5· Respeta las decisiones arbitrales y anima a las/os escolares a que lo hagan, así como jugar de acuerdo con el reglamento establecido.
- 6· Rechaza el uso de cualquier forma de violencia o de acontecimientos incorrecto, ya sean estos generados por el público o por cualquiera de las/los participantes.
- 7· Al terminar la actividad valora lo realmente importante, es decir, la mejora personal y colectiva, y no el resultado obtenido.
- 8· Ten en cuenta que tus acciones son un modelo a imitar por tus hijas/os, sobre todo, que el verdadero protagonismo es suyo.
- 9· Las niñas/os no juegan por entretenimiento del público, ni para quedar en primer lugar, sino para divertirse y formarse como personas a través del deporte. Tenlo siempre en cuenta.
- 10· Aunque tengas conocimientos no los teledirijas diciendo lo que tienen que hacer. Dales libertad para que disfruten de la actividad y tomen sus propias decisiones.