



MÓDULO 4



bizimodu  
osasungarrien  
sustapena

## CREACIÓN DE REDES DE APOYO MEDIANTE LA PARTICIPACIÓN EN DEPORTES DE EQUIPO

TUTORA: OLATZ MANUEL

## 4.4 Redes de apoyo: Promover relaciones positivas entre el alumnado y redes de apoyo mediante la participación en equipos deportivos.

### Bases teóricas

Para fomentar la convivencia entre el alumnado es importante tener en cuenta las distintas posibilidades de organización del grupo en el desarrollo de las actividades. Conviene tener en cuenta los siguientes aspectos: (Ruiz Omeñaca, Ponce de León, Sanz y Valdemoros 2013, citado en Pellicer en 2015)

- Que todas las personas puedan desarrollar interacciones positivas con todos los miembros del grupo.
- Consideración de las estructuras existentes en el grupo; relaciones interpersonales, estatus y roles, redes de liderazgo, estereotipos de género...
- Alternancia de momentos de actividad individual, grupo pequeño y grupo completo.
- Alternar momentos de libre elección por parte del alumnado (condicionados a que nadie se quede fuera de un grupo), de elección restringida (grupos mixtos...) y de decisión del profesorado.
- Explicar el porqué de las agrupaciones cuando el profesor toma la decisión.
- Ser sensible a las emociones y sentimientos del alumnado, mostrando la importancia que esa sensibilidad tiene entre ellos y ellas.
- Abordar el tema de los agrupamientos en el aula a través de un diálogo razonado.
- Organizar las propuestas en grupos heterogéneos para que no compartan la actividad siempre con los y las mismas compañeras.
- Utilizar el diálogo y el debate argumentado como formas de participación, de comprensión de decisiones y de promoción del clima democrático en el aula.
- Promover, a través del diálogo, pautas para que la actividad no se inicie hasta que todos los miembros del aula tengan un grupo, conforme a criterios de igualdad y equidad.

- Como opción se pueden identificar los roles necesarios para desarrollar la tarea a proponer (sin tener en cuenta sólo los motores de destreza) e invitar al alumnado a elegir el rol que más se aproxima a sus características individuales.
- Otro planteamiento es el estilo de conducta promovido por Pérez Pueyo (Pellicer, citado en 2015). El referente son las parejas de libre elección, para que todas las personas tengan a su lado a alguien que les dé seguridad afectiva.
- El uso de materiales y espacios ha de ser ético, fomentando sistemáticamente la rotación de espacios para que los espacios centrales mejor equipados no siempre sean monopolizados por las mismas personas.

La participación en equipos deportivos es un entorno propicio para fomentar relaciones positivas entre el alumnado y crear redes de apoyo. La práctica actividad física de manera grupal o deportiva, crea redes de apoyo sólidas, a la vez que el alumnado aprende a trabajar, a colaborar y a ayudarse mutuamente. Estas relaciones no solo se quedan en el contexto del deporte, sino que también contribuyen a la vida cotidiana del alumnado

Las sesiones de deporte escolar contribuyen a fomentar y fortalecer las redes de apoyo entre los y las alumnas de la siguiente manera:

## **1. Trabajo en equipo y colaboración**

La participación en equipos deportivos permite al alumnado trabajar en equipo y alcanzar objetivos comunes. **A través del trabajo en equipo, el alumnado aprende a tomar decisiones conjuntas y a superar retos, creando vínculos y apoyos emocionales y sociales.** A la hora de practicar deporte en grupo, el alumnado crea estrategias para trabajar conjuntamente, para complementar sus fortalezas y superar sus debilidades. Así, los y las alumnas aprenden a ofrecer y recibir ayuda, creando redes de apoyo y relaciones saludables dentro del grupo.

## **2. Apoyo y confianza mutuo**

La participación en equipos deportivos desarrolla la confianza y el apoyo mutuo. **Los miembros del grupo se ayudan mutuamente en los retos y dificultades, lo que genera una sensación de confianza.** El deporte, en una competición o en el desarrollo de destrezas, enseña a los miembros del equipo la importancia de ayudarse y motivarse mutuamente. De esta manera, los y las alumnas se apoyan mutuamente y surgen sensaciones positivas en el grupo. Se crean redes de apoyo, mientras los y las alumnas

se escuchan y se sostienen mutuamente, lo que fomenta relaciones sanas y una cultura asistencial.

### **3. Entorno libre de violencia y respeto mutuo**

En los equipos deportivos se fomentan las relaciones saludables y el respeto mutuo. **El deporte permite gestionar de forma positiva la convivencia entre los y las participantes, lo que favorece la adopción de actitudes fuertes contra la violencia o el acoso. A través de la participación en grupo, el alumnado interioriza valores de interacción, de respeto a las capacidades y diferencias individuales.** Las relaciones positivas crean redes de apoyo sólidas, creando un entorno seguro y respetuoso donde los y las alumnas se apoyan mutuamente y se apoyan mutuamente ante el estrés o la ansiedad.

### **4. Resiliencia y motivación mutua**

La práctica del deporte capacita al alumnado para afrontar y superar dificultades, pero eso se hace junto al grupo. Los miembros del grupo se motivan mutuamente y esto ayuda a crear una resiliencia más fuerte. A través del trabajo en equipo en el deporte, los alumnos y alumnas se ayudan mutuamente para superar dificultades y enfrentarse a problemas, lo que fortalece las redes de apoyo. Por ejemplo, en el contexto del deporte, los y las alumnas se animan mutuamente a afrontar los retos, aumentando la resiliencia en el grupo y potenciándose mutuamente.

### **5. Comunicación y amistad**

La participación en equipos deportivos es también un espacio donde el alumnado trabaja la comunicación y la amistad. **Los miembros del grupo hablan entre sí, comparten ideas y emociones, lo que genera fuertes relaciones y redes de amistad.** Fomenta la buena comunicación, transmite sentimientos e ideas entre los alumnos y alumnas, lo que construye la comprensión y el diálogo. A través del deporte, el alumnado aprende a escucharse, a entenderse y a ayudarse mutuamente, creando relaciones positivas y redes de apoyo.

### **6. Autoconfianza y apoyo del grupo**

El deporte fomenta que el alumnado aprenda a confiar en sus capacidades. Dentro del trabajo en equipo, el alumnado comparte sus fortalezas y debilidades, lo que aumenta la confianza de todos los miembros del grupo. De esta manera, se refuerzan las redes de apoyo, los miembros del grupo se dan fuerza y motivación mutuamente. A través del

deporte, los y las alumnas aprenden a confiar en sí mismas y en el grupo, lo que mejora la red de apoyo mutuo en el grupo

## 7. Mentoría y apoyo a la amistad

En los equipos deportivos, los y las deportistas de mayor edad se convierten en referentes y mentores para los y las más jóvenes. A través del deporte, los y las jóvenes estudiantes pueden recibir lecciones y ayuda de amistad por parte de los miembros más maduros del grupo. El modelo de mentoría fortalece la amistad y el apoyo mutuo y ayuda emocionalmente al alumnado para superar sus dificultades y mejorar su desarrollo personal. Esta amistad crea redes de apoyo, los miembros del grupo se apoyan mutuamente en el aula y en otros ámbitos de la vida.

## Conclusiones

La participación en equipos deportivos puede ser un instrumento fundamental para la creación de relaciones positivas entre el alumnado y de redes de apoyo. Trabajar en equipo fomenta la confianza, la colaboración, la motivación, la resiliencia y el apoyo mutuo. El deporte crea un entorno sano y saludable, donde los y las alumnas se apoyan y reciben. De esta manera, el deporte contribuye a la mejora de las habilidades sociales de los alumnos y alumnas, creando redes de apoyo entre ellos y ellas, tanto en el contexto del deporte como en la vida cotidiana.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Pellicer, I. (2015). *La revolución de la Educación Física desde la neurociencia*. INDE