

Ludorresponsabilidad aplicada al baloncesto. Implementación de estrategias de prevención del acoso escolar y fomento de hábitos saludables a través de un contexto deportivo en deportistas femeninas de categorías de formación

Autor: Jesús Escribano

La sociedad actual se enfrenta a diversos retos en la formación integral de los jóvenes, destacando la pérdida de valores fundamentales que afecta tanto su bienestar emocional como físico. En particular, el deporte femenino en categorías de formación se ve impactado por altos niveles de sedentarismo, lo que contribuye a un abandono prematuro de la práctica deportiva. Esta situación es especialmente reseñable en disciplinas como el baloncesto, donde las jóvenes deportistas enfrentan barreras tanto sociales como culturales. La falta de hábitos saludables y la escasa promoción de valores como la responsabilidad y el trabajo en equipo agravan estos problemas. Este proyecto de investigación busca abordar estas problemáticas, ofreciendo soluciones para fomentar la participación y el compromiso de las jóvenes en el deporte, promoviendo su desarrollo integral.

De ahí surge la necesidad de aplicar métodos de enseñanza que permitan afrontar el acoso escolar desde la prevención y no solo desde la actuación. Sin embargo, en la actualidad, el sedentarismo y la pérdida de valores son entendidos como dos grandes problemas del siglo XXI (Steenne-Johannessen et al., 2020) por lo que resulta fundamental motivar a los escolares para incrementar los niveles de actividad física más allá del contexto escolar.

De forma práctica, se propone la implementación estratégica del Modelo de Responsabilidad Personal y Social junto al Aprendizaje Basado en el Juego, como recursos metodológicos que persigan la transmisión de valores y el fomento de la práctica de actividad física en contextos extraescolares como es el baloncesto; y atendiendo a una cuestión de género, en este caso el femenino, y en particular en la franja de edad adolescente, que se ve resentida por los diversos aspectos propios de este período. (Rovira, M. “Estudio sobre las causas de abandono de la práctica del baloncesto en jugadoras jóvenes y propuestas de intervención” Informe Basket Girlz, 2021)

La iniciativa surge como respuesta a la necesidad de generar entornos seguros para los jóvenes y promover hábitos de vida saludable en el contexto deportivo extraescolar, y tiene como objetivo diseñar, implementar y evaluar un programa de innovación deportiva basado en el Modelo de Responsabilidad Personal y Social y el Aprendizaje Basado en el Juego para prevenir el acoso escolar y fomentar la actividad física en jóvenes jugadoras de baloncesto.

El proyecto se estructura en torno al programa Ludorresponsabilidad, que combina el Modelo de Responsabilidad Personal y Social que fomenta habilidades para la vida como el respeto, la participación, el esfuerzo y el liderazgo y el Aprendizaje Basado en el juego, que potencia la diversión y la adherencia a la práctica de la actividad física.

El estudio se llevará a cabo en un club deportivo de baloncesto de la ciudad de Murcia (Región de Murcia, España). Tendrá una duración de cuatro temporadas y contará con un total de 300 participantes de entre 8 y 17 años, chicas y chicos, 20 entrenadores y las 2 personas encargadas de la dirección deportiva y metodológica del club. Asimismo, se contará con la participación de las familias. Como esta investigación se centra en el género femenino, se tomará a los chicos como grupo control, simplemente para la recogida de datos; y a las chicas como grupo experimental

De este modo, este proyecto se organiza en tres fases: una fase inicial en la que se forma a docentes y entrenadores en las metodologías mencionadas anteriormente en sesiones de tipo teórico y se inicia la ejecución del proyecto a través de una prueba piloto; una segunda fase de seguimiento e intervención, a través de una formación continua, para llevar a cabo el proyecto, en la que los investigadores ofrecen feedback sobre la aplicación de estas metodologías; y una tercera fase, de aplicación autónoma, sin supervisión, en la que se implementa la metodología por parte de los entrenadores y la dirección del club, con el objetivo de consolidar esa transferencia de conocimientos. Para la evaluación del impacto, se utilizarán herramientas de recogida de datos cuantitativos y cualitativos, analizando en el caso de los jóvenes variables como el nivel de actividad física y la percepción del acoso escolar, además de otras como el estilo interpersonal del entrenador, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación, la diversión y la transferencia de valores a su vida diaria.

En cuanto a los entrenadores y directores deportivos se conocerá su percepción sobre la consecución de los objetivos perseguidos en el estudio mediante un diario de seguimiento. Finalmente, las familias serán entrevistadas al final de la intervención para conocer su percepción sobre cambios producidos en las conductas de sus hijos tras el programa. Es fundamental que las familias sean informadas de manera clara y detallada sobre los objetivos del programa, la metodología aplicada y la importancia de su participación en el proceso. El programa tiene como fin principal la prevención del acoso escolar, promoviendo un entorno de respeto, empatía y convivencia pacífica entre los estudiantes. Para ello, se emplearán estrategias educativas basadas en la sensibilización y el desarrollo de habilidades sociales que permiten a los estudiantes identificar y actuar frente a situaciones de acoso. Además, se fomentará la promoción de hábitos saludables, tanto físicos como emocionales, con el objetivo de fortalecer el bienestar integral de los estudiantes. La colaboración activa de las familias es crucial para garantizar el éxito de este programa, ya que su involucramiento refuerza los aprendizajes y comportamientos positivos dentro y fuera del entorno escolar.

Los resultados esperados incluirán una mejora significativa de los niveles de actividad física y un descenso de la percepción de acoso escolar, enfocados en el género femenino, que sean ratificados tanto por la percepción de los entrenadores como de las familias. Con este proyecto se pretende posicionar este programa como una herramienta clave para el desarrollo integral de los jóvenes, especialmente las chicas, reforzando la colaboración entre clubes deportivos e instituciones de educación superior en el ámbito de la innovación social y deportiva.