



La Diputació de Barcelona ha posat en marxa el programa "L'entrenador, referent afectiu i mentor de joves esportistes" per treballar el rol dels entrenadors d'entitats esportives, no només com a referents tècnics, sinó com a mentors de joves esportistes en l'etapa adolescent.

Aquest innovador programa està gestionat per l'entitat [Let's Wo+men](#), que el curs passat ja va liderar el programa "Habilitats per a la vida en equitat entre joves esportistes", pensat perquè a través del treball grupal amb joves esportistes, puguin aprendre i desenvolupar les habilitats per a la vida tenint present la perspectiva de gènere de manera transversal.

Segons **Roberto Pescador**, tècnic de l'Oficina d'activitats esportives de la gerència de Serveis d'Esports de la Diputació de Barcelona, "volem apostar per la missió educativa de l'esport i en aquest sentit els actors locals tenen un paper cabdal i cal donar-lis suport". El curs passat es va començar aquest programa pilot a Sant Boi i Vilafranca del Penedès, i la segona fase és la que es desenvolupa aquest curs a clubs esportius d' **El Prat,**

L'Hospitalet de Llobregat, Les Franqueses i Vilanova i la Geltrú.

D'aquesta novedosa proposta formativa, que estarà inclosa al catàleg d'activitats de la Diputació de Barcelona a partir del 2020, el

Roberto Pescador

en destaca que "dotar d'eines directament als entrenadors i entrenadores, que són claus perquè els joves esportistes es puguin desenvolupar, permet un efecte multiplicador, perquè així s'arriba a molts més esportistes".



En primer lloc es realitzen els tallers adreçats als joves, en què es valora la situació i les necessitats del grup i, a continuació, es dissenyen els tallers per als entrenadors partint de la realitat concreta del grup que condueixen. Es tracta d'acompanyar els entrenadors i entrenadores perquè prenguin consciència de l'estat emocional dels seus jugadors i jugadores, coneguin els factors de risc als quals s'enfronten diàriament (sedentarisme, significat d'èxit, model de masculinitat mal entès, estereotips i bullying de gènere, desigualtat i violència de gènere, consum de substàncies...) i reforcin la transferibilitat dels aprenentatges que dona l'esport, com ara el treball en equip, la solidaritat, l'equitat, a la vida quotidiana.

El programa, que s'estructura en tallers amb el tractament de gènere com a element clau, que segons **Pescador** "permet treballar amb les noies esportistes per tal d'evitar l'abandonament de la pràctica de l'esport quan arriben a l'adolescència", es realitza en col·laboració amb els Ajuntaments i s'adreça a joves de les categories sub-14 i sub-16 i als entrenadors dels seus clubs. Aquest curs s'està duent a terme al Club Bàsquet Prat, del Prat de Llobregat, al Club Bàsquet les Franqueses, de les Franqueses del Vallès, al Club Esportiu L'Hospitalet, de l'Hospitalet de Llobregat, on aproximadament 200 nois i noies esportistes i entrenadors hi han participat, i aviat començarà a Vilanova i la Geltrú, al Club Patí d'Hoquei.



Educació emocional clau per a l'esport i per a la vida

Així, aquest programa pretèn treballar el desenvolupament emocional dels i les joves esportistes en un moment en què es dona una demostrada tendència a l'abandonament prematur de la pràctica esportiva, sobre tot per part de les noies, tot enfortint els vincles de convivència dintre dins del grup, així com per donar un nou significat al concepte d'èxit o fracàs. L'adolescència és una etapa clau per consolidar la pràctica esportiva al llarg de la vida, així com per interioritzar els valors associats a l'esport, que serveixen per abordar també factors de risc associats a l'edat, com ara el consums de tòxics o les situacions de bullying.

La directora de l'entitat **Let's Wo+men, Marta Pitarch**, que ha estat esportista professional, explica que en aquest món tant competitiu la gestió emocional amb perspectiva de gènere és imprescindible: "hi ha necessitats afectives diferenciades que s'han d'abordar en relació a les noies a l'àmbit esportiu però també en tots els àmbits socials: la societat ens llença missatges de manca de confiança, d'estereotips, de hipersexualitat...es tracta de dotar de sentit crític al nostre estar a la societat"; "treballem l'autenticitat, el sentit crític, els diferents talents que les persones tenim, l'art de saber perdre, les qualitats dites "dures" i "toves" per trovar-ne un

Rol educatiu de l'entrenament esportiu i educació emocional de joves esportistes

Escrit per Elena Tarifa. La Independent
dijous, 12 de desembre de 2019 14:42

equilibri i sobre tot apoderem molt l'entrenador com mentor i referent dels i les joves esportistes, ja que té un paper clau com a exemple dels joves; el que diu i posa en pràctica l'entrenador té un gran impacte en la vida dels i les joves esportistes tant dintre com fora del club".



Segons la **Marta Pitarch**, amb els tallers amb les noies, "parlem del cicle menstrual, de les diferències hormonals que tenim les dones i donem eines per l'autoconeixement de les joves esportistes per tal de coneguin i treguin partit d'aquestes diferents característiques hormonals i emocionals, no nomès en la pràctica esportiva, sinó a la vida en general". "Tot plegat, el balanç és molt positiu, perquè aquests valors no es tracten a l'educació formal i els nois i noies surten amb més eines per a viure en aquesta societat", destaca Pitarch, que ha estat personalment dinamitzant els tallers.

En aquest balanç positiu coincideix també **Josep Gusi**, director tècnic del **Club de Basquet El Prat**, on aquest curs s'ha desenvolupat el programa amb els equips júnior de 1er i 2on any (nascuts al 2002 i 2003). **Gusi** explica que després de fer els tallers d'autoconeixement amb els i les joves esportistes, es va

Rol educatiu de l'entrenament esportiu i educació emocional de joves esportistes

Escrit per Elena Tarifa. La Independent
dijous, 12 de desembre de 2019 14:42

fer la formació amb entrenadors tot dotant-los d'eines per poder respondre a les seves necessitats emocionals, formació de la qual està molt satisfet i d'on en destaca que va ser "molt pràctica, útil i personalitzada, tot creant-se un clima de molta confiança i proximitat, amb molta interactivitat i participació".



Segons **Gusi**, "un entrenador s'ha de formar a nivell tècnic però també a nivell emocional per tal de poder gestionar grups; necessitem tècnics formats en els dos àmbits" Quant a l'abandonament prematur de l'esport per part de les noies, **Josep Gusi** creu que "té a veure amb l'acceptació del grup i també amb l'acceptació del propi cos i també pel grau de suport que tenen a casa seva"; reconeix que a l'etapa cadets-junior, moltes jugadores del club abandonen la pràctica de l'esport, "tot i que el club sovint les suposa protecció, un espai segur, i crec que és cabdal conservar això, que el club sigui un espai on tinguin més confiança com a persones i a on puguin canalitzar i compartir les emocions que els provoquen els canvis físics".