Edu4Impact - Educación de personas adultas a través del deporte como medio para fomentar la inclusión social

Selección de 3 buenas prácticas

El proyecto está cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea. El contenido de este documento refleja únicamente la opinión de su autor/a, quien asume toda la responsabilidad. La Comisión Europea no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información que contiene.

Título del estudio de caso	**Tiempo libre y desarrollo socioemocional: beneficios de la actividad deportiva**
Socio	Consorzio Tartaruga
Contexto	Consejo Escolar de Vancouver (VSB), United Way of the Lower Mainland (UWLM) y Human Early Learning Partnership (HELP) de la Universidad de

N.º de proyecto: 2024-1-IT02-KA220-ADU-00025456

	Columbia Británica.
Profesionales implicados	- Personal investigador y académico: la profesora Kimberly Schonert-Reichl, de la Universidad de Columbia Británica, es una de las principales investigadoras que desarrollaron el proyecto original. Su trabajo proporcionó la base teórica de la investigación. - Personal docente y educativo: profesorado de educación secundaria que colaboró en la administración del cuestionario y la recogida de datos. En particular, la autora de la investigación, Elisa Cereda, solicitó la colaboración de sus compañeros y compañeras para aplicar el cuestionario en las clases de primero y segundo de secundaria. - Profesionales de la psicología y la salud: especialistas en el bienestar psicológico y social de niños, niñas y adolescentes que pueden contribuir al diseño del estudio y a la interpretación de los resultados, especialmente en relación con la salud mental de los preadolescentes. - Representantes de instituciones educativas y sociales: entidades como el Consejo Escolar de Vancouver y United Way of the Lower Mainland colaboraron en el proyecto original. En el Tesino podrían participar organismos educativos y sociales similares para aplicar los resultados y mejorar el bienestar del alumnado. - Profesionales de la estadística y el análisis de datos: responsables de analizar la información obtenida mediante el cuestionario utilizando herramientas estadísticas que garanticen la fiabilidad y la validez de los resultados. - Responsables políticos y equipos directivos escolares: las autoridades locales y regionales podrían participar en la adopción de políticas y programas basados en los resultados de la investigación para mejorar la salud y el bienestar del alumnado.
Grupo destinatario	Preadolescentes, especialmente alumnado de primero y segundo curso de educación secundaria del cantón del Tesino.
País	Suiza
Competencias SEL	- Autoconocimiento y autorregulación: los jóvenes que practican deporte tienen una mayor capacidad para reconocer, comprender y controlar sus propias emociones. - Empatía y habilidades comunicativas: los jóvenes que realizan actividades deportivas durante su tiempo libre desarrollan una mayor capacidad para comunicar sus emociones y comprender las de otras personas. También muestran una mayor predisposición a cooperar y, por tanto, desarrollan mejores habilidades de trabajo en equipo y liderazgo.
Objetivos del caso	- Comprobar la relación entre el desarrollo socioemocional y el uso del tiempo libre. - Comparar el bienestar socioemocional del alumnado sedentario y del alumnado físicamente activo. - Analizar la importancia del deporte y de las actividades organizadas. - Ofrecer orientaciones para futuras políticas e intervenciones educativas. En resumen, la investigación tuvo como finalidad explorar y analizar la relación entre las actividades de ocio de los preadolescentes y su bienestar

	socioemocional, con el propósito de aportar ideas para mejorar las políticas educativas y las prácticas escolares en el contexto del Tesino.
Metodología	Fase 1: aplicación del cuestionario y recogida de datos. Herramienta utilizada: se empleó el Middle Years Development Instrument (MDI), adaptado al contexto del Tesino. Muestra: el cuestionario se distribuyó entre 645 estudiantes de primero y segundo de educación secundaria, de entre 10 y 12 años, pertenecientes a doce centros educativos. Fase 2: análisis de los datos recogidos. Los datos obtenidos se analizaron inicialmente mediante un análisis descriptivo que permitió ofrecer una visión general de los resultados. Posteriormente, se realizó un análisis interpretativo, prestando especial atención a las relaciones entre las variables estudiadas y las preguntas de investigación planteadas.
Resultados principales	- Relación entre el desarrollo socioemocional y el tiempo libre: se observó una relación clara entre la forma en que los preadolescentes utilizan su tiempo libre y su desarrollo socioemocional. El alumnado que participa en programas extraescolares y actividades estructuradas presenta un mayor bienestar socioemocional que quienes pasan el tiempo libre en solitario o realizando actividades pasivas. - Impacto de la actividad deportiva: el alumnado que practica deporte, tanto individual como colectivo, tiende a mostrar una mayor satisfacción vital, autoestima y optimismo que el que lleva una vida sedentaria. La actividad deportiva también favorece la socialización y el sentido de colaboración. - Sedentarismo y negatividad: el alumnado con una vida sedentaria y solitaria presenta más señales de tristeza y mayor preocupación por el juicio de otras personas. - Preocupación por el bienestar: un porcentaje significativo del alumnado (59,4 %) no participa en actividades deportivas, lo que genera preocupación por su bienestar socioemocional y sus hábitos sedentarios. - Necesidad de intervenciones: la investigación destaca la importancia de desarrollar intervenciones específicas desde el ámbito educativo, familiar y sanitario para promover el deporte y los estilos de vida activos entre los preadolescentes. En resumen, la investigación subraya la importancia de utilizar el tiempo libre de forma constructiva y anima a los preadolescentes a practicar deporte para mejorar su bienestar socioemocional. También propone intervenciones y colaboraciones que ayuden a mejorar la situación actual.
Retos encontrados	Se identificaron algunas limitaciones, como el tamaño reducido de la muestra y la posibilidad de que el hecho de saber que estaban siendo estudiados influyera en las respuestas del alumnado.
Aprendizajes obtenidos	- Relación entre el tiempo libre y el desarrollo socioemocional: existe un vínculo claro entre la forma en que los preadolescentes emplean su tiempo libre y su bienestar socioemocional. - Importancia de la actividad física: la práctica deportiva se identificó como un factor clave para mejorar la satisfacción personal, la autoestima y el optimismo. Esto pone de manifiesto la necesidad de promover intervenciones específicas que fomenten un estilo de vida activo. - Papel de los centros educativos y las instituciones: la colaboración entre escuelas, familias e instituciones sanitarias es esencial para sensibilizar y aplicar programas que promuevan la actividad física y el bienestar emocional.
Comentarios de las	El deporte se ha descrito como una «escuela de vida» que ayuda a niños y niñas

personas participantes	a controlar sus emociones y a socializar con otras personas. La investigación también señala que una proporción significativa del alumnado es sedentaria. El 59,4 % de las personas encuestadas no practica ningún deporte individual y el 49,1 % no participa en deportes de equipo. Este comportamiento podría afectar negativamente a su desarrollo socioemocional. Los comentarios recogidos mediante los cuestionarios destacan que la actividad deportiva desempeña un papel fundamental en el bienestar socioemocional de los preadolescentes, ya que favorece una actitud positiva, una mayor confianza en uno mismo y mejores relaciones sociales.
Métodos de evaluación	Se utilizó un cuestionario estructurado en seis apartados que abordaban distintos aspectos del desarrollo y el bienestar socioemocional del alumnado, como la empatía, el optimismo, la autoestima, la tristeza, la preocupación por el juicio ajeno, la satisfacción personal y las conductas prosociales. Las preguntas se organizaron en grupos temáticos para facilitar el análisis. Finalmente, los datos recogidos se analizaron mediante un enfoque descriptivo e interpretativo.
Habilidades y competencias necesarias	Competencias de investigación: capacidad para diseñar y realizar un estudio, formular preguntas de investigación pertinentes y seleccionar una metodología adecuada. - Competencias estadísticas: capacidad para analizar los datos cuantitativos obtenidos mediante el cuestionario. - Competencias comunicativas: capacidad para comunicar claramente los resultados de la investigación, tanto en el informe final como en la presentación de los datos y las conclusiones. - Competencias interpersonales: capacidad para colaborar con colegas y otros profesionales, por ejemplo, docentes de otras clases, durante la aplicación del cuestionario y la recogida de datos. - Competencias críticas y analíticas: capacidad para analizar de forma crítica los resultados y relacionar los datos recogidos con las teorías existentes sobre el desarrollo y el bienestar socioemocional. - Resolución de problemas: capacidad para afrontar los obstáculos que puedan surgir durante la investigación. - Conciencia cultural y social: comprensión de las dinámicas sociales y culturales del Tesino, que influyeron en la interpretación de los resultados y en las recomendaciones para futuras actuaciones e intervenciones. - Competencias de sensibilización: capacidad para diseñar actividades y campañas sobre los beneficios de la actividad física y la socialización, aplicables en centros educativos y comunidades.
Recursos educativos necesarios o ausentes	- La falta de programas deportivos accesibles y bien estructurados en los centros educativos o en la comunidad puede limitar las oportunidades de los niños y niñas para socializar, desarrollar habilidades motrices y mejorar su bienestar emocional. - La falta de espacios seguros y acogedores donde los jóvenes puedan reunirse y relacionarse fuera del centro educativo puede contribuir al aislamiento y al sedentarismo. - La escasez de información y campañas de sensibilización que promuevan un estilo de vida activo y la importancia del bienestar socioemocional puede generar un bajo nivel de concienciación entre el alumnado y las familias. - Es esencial ofrecer formación continua al profesorado sobre cómo integrar la

	educación socioemocional en el currículo escolar. - La disponibilidad de recursos de apoyo psicológico dentro de los centros educativos es fundamental. La presencia de profesionales de la psicología o la orientación escolar podría ayudar al alumnado a gestionar sus emociones y desarrollar habilidades relacionales. - Una comunicación y colaboración más sólidas entre las familias y los centros educativos pueden ayudar a crear un entorno de apoyo para el alumnado. - La falta de proyectos que conecten distintas asignaturas con la educación socioemocional y la actividad física puede limitar las oportunidades de aprendizaje experiencial. - También es importante garantizar un acceso equilibrado a los recursos digitales para fomentar un uso constructivo y creativo de la tecnología que fortalezca las habilidades sociales y cognitivas.
Uso de tecnologías	Ninguno.
Conclusión	Las conclusiones de la investigación pueden resumirse en los siguientes puntos clave: - Relación entre el tiempo libre y el desarrollo socioemocional: se ha identificado una relación clara entre el uso del tiempo libre de los preadolescentes y su desarrollo socioemocional. La forma de emplearlo influye directamente en sus actitudes y comportamientos, y las actividades más activas y sociales se asocian con un mayor bienestar emocional. - Importancia de la actividad deportiva: el alumnado que practica deporte muestra una mayor satisfacción vital, una mejor autoestima y una actitud más optimista que el que lleva una vida sedentaria. El deporte también favorece la socialización y el desarrollo de conductas prosociales como la colaboración y el altruismo. - Riesgos del sedentarismo: los preadolescentes que dedican mucho tiempo a actividades pasivas, como el uso excesivo de la tecnología e Internet, tienden a mostrar una actitud más negativa, mayor tristeza y preocupación por el juicio ajeno. Esto puede conducir al aislamiento social y a una falta de experiencias vitales significativas. - Necesidad de intervenciones y colaboración: la investigación destaca la importancia de una actuación coordinada entre la escuela, la familia y las instituciones sanitarias para promover la actividad física y el bienestar socioemocional de los jóvenes. Es necesario desarrollar campañas de sensibilización y actividades deportivas extraescolares. En resumen, la investigación indica claramente que la forma de ocupar el tiempo libre y la actividad física tienen un impacto significativo en el bienestar socioemocional de los preadolescentes. Por ello, se necesitan intervenciones específicas que promuevan estilos de vida más activos y socialmente participativos.
Referencias	https://tesi.supsi.ch/855/1/LD_Elisa_Cereda.pdf

Título del estudio de caso	EL DEPORTE PARA PROMOVER LA SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES
Socio	Consorzio Tartaruga
Contexto	La investigación analiza cómo la actividad física y el deporte pueden actuar como herramientas de promoción de la salud mental, ayudando a reducir los síntomas de malestar psicológico y favoreciendo las interacciones sociales. Se examina especialmente el papel de las actividades al aire libre y de deportes como la gimnasia acrobática sobre caballo en la mejora del bienestar psicológico y las habilidades sociales de los adolescentes, sobre todo de aquellos que presentan trastornos psicológicos.
Profesionales implicados	Profesionales de la psicología y la psiquiatría; educadores y trabajadores juveniles; docentes de educación física; entrenadores deportivos; especialistas en rehabilitación ecuestre; personal investigador y científico; médicos de familia y pediatras; y profesionales del trabajo social.
Grupo destinatario	Adolescentes y personas adultas jóvenes, especialmente entre los 10 y los 24 años.
País	Italia
Competencias SEL	- Autoconocimiento: los adolescentes desarrollan autoeficacia y confianza mediante los retos físicos y la fijación de objetivos deportivos. Los programas estructurados ofrecen oportunidades de logro personal y autorreflexión. - Autogestión: las personas participantes realizan actividades físicas estructuradas que ayudan a gestionar el estrés, la ansiedad y la desregulación emocional. - Conciencia social: las actividades grupales y la interacción con animales fomentan la compasión, la comprensión y las habilidades de comunicación no verbal. La práctica promueve la responsabilidad hacia otras personas y refuerza la capacidad de reconocer y respetar emociones diferentes. - Habilidades relacionales: los deportes de equipo y las actividades cooperativas fortalecen los vínculos entre iguales, la colaboración y la resolución de conflictos. - Toma de decisiones responsable: las actividades deportivas fomentan la resolución de problemas y la evaluación de riesgos, ayudando a tomar decisiones reflexivas. La iniciativa busca reducir la impulsividad y promover elecciones de vida positivas, previniendo conductas de riesgo.
Objetivos del caso	- Crear un recurso en línea con recomendaciones basadas en evidencias sobre cómo utilizar la actividad física y el deporte para promover la salud mental y reducir los trastornos mentales. - Identificar buenas prácticas existentes en Europa para mejorar el uso de la actividad física y el apoyo psicológico dirigido a adolescentes, prestando especial atención a la evaluación de la eficacia de las prácticas innovadoras. - Promover programas de inclusión social y bienestar entre adolescentes, ayudando a prevenir la aparición de trastornos mentales y a mejorar su calidad de vida. - Favorecer la resiliencia frente al estrés ambiental. - Evaluar el impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud mental de los adolescentes.

Metodología	La iniciativa combina el deporte y el ejercicio físico con actividades destinadas a mejorar la regulación emocional, las habilidades sociales y la resiliencia psicológica. Los adolescentes de entre 13 y 19 años participaron activamente en el diseño del programa para garantizar que respondiera a sus necesidades y preferencias. El proyecto elaboró directrices y recomendaciones basadas en la investigación científica para garantizar la eficacia del deporte en la prevención de problemas de salud mental. Se prestó especial atención a los adolescentes en situación de vulnerabilidad, incluidos aquellos con desregulación emocional o dificultades sociales. También se probó la terapia asistida con caballos, mediante ejercicios de volteo, como enfoque innovador para reducir la ansiedad y mejorar las relaciones sociales.
Resultados principales	Los principales resultados destacan la importancia de la adolescencia como etapa crítica del desarrollo, la vulnerabilidad frente a factores de riesgo para la salud mental, el impacto de la pandemia de COVID-19 sobre el bienestar psicológico y el papel positivo del deporte en la promoción de la salud mental.
Retos encontrados	Durante la pandemia, las restricciones de movilidad y las medidas de distanciamiento social dificultaron la captación y la participación de adolescentes y jóvenes en las actividades de investigación. La recogida de datos se vio afectada por el cierre de los centros educativos y la reducción de las interacciones sociales. Variabilidad de las respuestas: la pandemia afectó a los adolescentes de formas muy distintas. Las experiencias de estrés y las consecuencias sobre la salud mental variaron considerablemente según los factores individuales, familiares y sociales, lo que dificultó el análisis y la generalización de los resultados. Estigmatización: el estigma asociado a los problemas de salud mental pudo dificultar que los adolescentes se mostraran abiertos a participar en los estudios o a solicitar ayuda. Adaptación de las intervenciones: fue necesario adaptar las actividades deportivas y de socialización a las condiciones impuestas por la pandemia. Las actividades grupales tuvieron que reformularse para cumplir las medidas de distanciamiento. Eficacia a largo plazo: la pandemia dificultó el seguimiento y la evaluación de los efectos a largo plazo de estas iniciativas.

	Integración de distintas disciplinas: la investigación sobre la relación entre deporte y salud mental requiere un enfoque multidisciplinar, que puede generar dificultades de coordinación entre profesionales de la psicología, la educación deportiva, la medicina y otros ámbitos, así como en el intercambio de metodologías. Recursos limitados: la crisis económica derivada de la pandemia redujo los recursos disponibles para la investigación, limitando la capacidad para desarrollar proyectos a gran escala y garantizar un apoyo adecuado a las personas participantes.
Aprendizajes obtenidos	La salud mental de los adolescentes está influida por una combinación de factores biológicos, sociales y experienciales. Fomentar los vínculos sociales, la actividad física y las intervenciones terapéuticas innovadoras es esencial para afrontar los retos actuales y futuros.
Comentarios de las personas participantes	No disponible.
Métodos de evaluación	Los efectos de las actividades deportivas se evaluaron mediante indicadores como la reducción del estrés, el bienestar emocional y la participación social.
Habilidades y competencias necesarias	Competencias psicosociales y socioemocionales (SEL); Competencias de educación y entrenamiento deportivo; Competencias terapéuticas y de rehabilitación; Competencias educativas y formativas; Competencias de colaboración interdisciplinar.
Recursos educativos necesarios o ausentes	Es esencial integrar programas de educación sobre salud mental en los centros educativos para que los adolescentes puedan reconocer las señales de malestar emocional y sepan cómo pedir ayuda. Integración de experiencias reales: muchos programas se centran en la teoría o en estudios clínicos, pero carecen de recursos prácticos que conecten la educación con situaciones de la vida real. Apoyo a las familias: los recursos educativos también deberían ofrecer información y apoyo a madres, padres y cuidadores para comprender y afrontar los problemas de salud mental de sus hijos. Son fundamentales las herramientas que les ayuden a identificar señales de malestar emocional y a crear un entorno de apoyo en el hogar. Enfoques innovadores y multidisciplinares: existen oportunidades para explorar propuestas que combinen distintas disciplinas, como el arte, la música y el deporte, para apoyar la salud mental. Atención a los grupos vulnerables: es importante destinar recursos educativos específicos a adolescentes con mayor vulnerabilidad, como personas con discapacidad, procedentes de entornos socioeconómicos desfavorecidos o pertenecientes a minorías étnicas. Estos grupos pueden afrontar retos particulares y requerir estrategias de intervención específicas. Evaluación y seguimiento: a menudo falta un sistema estandarizado para evaluar la eficacia de las iniciativas y los programas de salud mental. Investigación longitudinal: es necesario realizar estudios que analicen los efectos a largo plazo de la actividad física sobre la salud mental de los adolescentes y permitan comprender mejor cómo las experiencias de esta etapa influyen en el bienestar durante la edad adulta.
Uso de tecnologías	Ninguno.

Conclusión	La adolescencia es una etapa clave del desarrollo neuroconductual en la que las experiencias sociales y la actividad física influyen en la salud mental. La pandemia de COVID-19 agravó las vulnerabilidades de los adolescentes al aumentar el aislamiento y reducir la actividad. Se necesitan intervenciones urgentes que integren el deporte para mejorar el bienestar. Programas como Erasmus+ Sport, «Horses & Butterflies» y «Cavalli & Friends» muestran que la actividad física, especialmente mediante la interacción con animales, favorece la regulación emocional y las habilidades sociales. La investigación respalda la combinación de movimiento e implicación emocional para fortalecer la resiliencia de los adolescentes y confirma el valor del deporte como herramienta de promoción de la salud mental.
Referencias	https://www.iss.it/documents/20126/6683812/Lo+sport+per+la+promozione+della+salute+mentale+negli+adolescenti.pdf/2387a23f-b4d8-bb92-7338-aa767a64eea2?t=1695046809195

Título del estudio de caso	**Educación a través del deporte: mitos y realidad**
Socio	Consorzio Tartaruga
Contexto	Esta iniciativa se centra en la educación a través del deporte y analiza tanto su potencial educativo como sus límites como herramienta para transmitir valores, comportamientos y habilidades útiles para la vida social.
Profesionales implicados	Entrenadores e instructores deportivos: guían a los deportistas y necesitan formación técnica y pedagógica para promover valores como el respeto, la responsabilidad y el juego limpio. Docentes de educación física: integran la educación en valores mediante el movimiento y el deporte, diseñando actividades que desarrollan habilidades motrices y sociales. Profesionales de la psicología deportiva: mejoran el rendimiento y el bienestar mental de los deportistas ayudándoles a gestionar las emociones, desarrollar resiliencia y entender el deporte como una oportunidad de crecimiento personal. Profesionales de la sociología del deporte: estudian las dinámicas sociales y culturales del deporte y aportan conocimientos sobre su uso para la inclusión y para abordar problemas como el racismo y la violencia. Profesionales de la salud, como médicos, fisioterapeutas y nutricionistas: protegen el bienestar de los deportistas, promueven estilos de vida saludables y previenen lesiones. Organizaciones y asociaciones deportivas: fomentan la educación, establecen directrices éticas y apoyan la formación de entrenadores y educadores. Personal investigador y académico: evalúa los programas educativos y desarrolla metodologías para mejorar la educación deportiva futura. Madres, padres y tutores: desempeñan un papel fundamental apoyando y reforzando en el hogar los valores vinculados al deporte.
Grupo destinatario	Niños, niñas y adolescentes.
País	Italia
Competencias SEL	Esta buena práctica se centra en el desarrollo de habilidades para la vida a través del deporte. En concreto, busca reforzar competencias SEL como la conciencia social, las habilidades relacionales y la toma de decisiones responsable, potenciando la empatía, la responsabilidad social, la fijación de objetivos, la conducta prosocial y el juego limpio. El programa incorpora estrategias de aprendizaje activo y destaca las experiencias interactivas y basadas en el movimiento para que los jóvenes desarrollen estas competencias de forma eficaz.
Objetivos del caso	Desarrollar una serie de principios educativos y metodológicos que aprovechen el potencial del deporte para influir positivamente en el desarrollo personal y social, especialmente de las personas jóvenes.
Metodología	Aprendizaje cooperativo, juego de roles y aprendizaje activo.

Resultados principales	Las intervenciones mostraron eficacia para mejorar variables como la empatía, la responsabilidad social, la capacidad de establecer objetivos, las conductas prosociales y de juego limpio -respeto a rivales y compañeros, respeto de las reglas y las convenciones sociales y rechazo de las trampas-, así como las habilidades para la vida.
Retos encontrados	1) La existencia de múltiples enfoques de educación a través del deporte; 2) La gran heterogeneidad de las variables observadas para identificar los componentes educativos sobre los que inciden las intervenciones; 3) La falta de información detallada sobre los modelos y contenidos que caracterizan las intervenciones; 4) La ausencia o escasa disponibilidad de informes sobre la eficacia de grandes proyectos nacionales o internacionales de educación en valores a través del deporte.
Aprendizajes obtenidos	- No es el tipo de juego o deporte el que determina su valor educativo, sino «cómo se estructura» y «quién lo dirige», factores que influyen en que los resultados sean positivos o negativos. - Los resultados se obtuvieron mediante la aplicación de programas transversales en el centro educativo; la alternancia entre teoría y práctica, con un peso destacado de los juegos de equipo y los debates grupales; la integración de actividades escolares y extraescolares; la demostración de conductas positivas; el uso de técnicas de refuerzo y recompensas; y la aplicación de estrategias docentes como la reflexión, los estudios de caso, los dilemas morales y las actividades cooperativas.
Comentarios de las personas participantes	El artículo no ofrece de forma explícita comentarios del grupo destinatario. No obstante, subraya la importancia -y la carencia- de metodologías estructuradas, formación de los educadores y estrategias de aprendizaje activo para maximizar la eficacia de la educación basada en el deporte. También destaca la necesidad de mejorar el seguimiento y la evaluación del impacto de estas iniciativas.
Métodos de evaluación	La evaluación de esta buena práctica pone de manifiesto las dificultades para medir su eficacia debido a la falta de un marco de evaluación estandarizado. Aun así, se emplearon los siguientes enfoques: Enfoques educativos transversales: evaluación mediante modelos de aprendizaje integrado que combinan el deporte con estrategias de aprendizaje social y emocional. Estudios observacionales: docentes y educadores observaron cambios de conducta en el alumnado, especialmente en las actitudes prosociales y el juego limpio. Comentarios cualitativos del personal educativo: entrenadores e instructores aportaron información sobre la participación, la motivación y las mejoras conductuales del alumnado. Análisis comparativo con otras iniciativas similares para identificar fortalezas y

	aspectos mejorables.
Habilidades y competencias necesarias	Competencias pedagógicas y docentes; Competencias SEL; Competencias de educación y entrenamiento deportivo; Competencias de organización, facilitación y tutoría.
Recursos educativos necesarios o ausentes	Estrategias y metodologías pedagógicas: la educación deportiva debe estructurarse mediante metodologías claras, que a menudo no existen o están insuficientemente desarrolladas. Recursos didácticos para educadores, formadores y entrenadores: faltan herramientas, manuales y programas estructurados y bien diseñados que ayuden a integrar eficazmente la educación en valores en la práctica deportiva. Materiales educativos transversales: se necesitan recursos interdisciplinarios que combinen la educación física con el desarrollo de habilidades para la vida, la responsabilidad social y la conducta ética. Herramientas de evaluación a largo plazo: faltan instrumentos para medir el impacto y la eficacia de los programas educativos basados en el deporte. Programas de formación para entrenadores y educadores: muchos profesionales carecen de formación reglada en técnicas pedagógicas, métodos de aprendizaje activo y estrategias para promover valores mediante el deporte. Esta carencia limita su capacidad para acompañar al alumnado más allá del rendimiento físico.
Uso de tecnologías	Ninguno.
Conclusión	La educación a través del deporte puede fomentar valores positivos, pero su impacto depende de la existencia de metodologías estructuradas, aprendizaje activo y profesionales bien preparados. Se necesita más investigación para evaluar su eficacia, ya que la falta de datos dificulta la valoración de los resultados. El creciente interés internacional impulsa nuevos proyectos, aunque garantizar un impacto educativo real continúa siendo un reto.
Referencias	https://bia.unibz.it/esploro/outputs/journalArticle/Lo-sport-che-educa-tra-miti/991005772792101241