



Programa “Valors i esports” al Prat de Llobregat

El Prat de Llobregat inicia un programa pioner per reforçar els valors en l'esport, amb el suport d'experts en educació emocional de la UB

Es tracta del primer programa municipal de Catalunya per promoure els valors en l'esport, especialment entre els joves, que pren com a referència d'altres experiències d'àmbit comarcal o dels grans clubs.

L'Ajuntament del Prat iniciarà aquest programa amb tres clubs de futbol de la ciutat (AE Prat, CB Terlenka i Atlètic Prat Delta CF), perquè és l'esport més practicat entre els joves, però amb la voluntat d'estendre'l a les diferents disciplines esportives.

Més de 150 jugadors, d'entre 12 i 14 anys, faran sessions d'educació emocional durant els entrenaments sobre aspectes com l'empatia o la tolerància a la frustració. Seguiran la metodologia del Grup de recerca en orientació psicopedagògica de la UB i aniran a càrrec d'una educadora formada en el Postgrau en Educació Emocional i benestar emocional d'aquesta universitat.

L'Ajuntament del Prat, juntament amb tres clubs de futbol de la ciutat (AE Prat, CB Terlenka i Atlètic Prat Delta CF), impulsaran la primera fase d'un programa municipal per promoure els valors en el món de l'esport. Es tracta d'una experiència pionera en el món de l'esport local, que més endavant s'estendrà a d'altres disciplines esportives.

El nou projecte pretén enfortir el compromís amb una pràctica esportiva fonamentada en valors entre tots els col·lectius implicats (jugadors, entrenadors, cos tècnic, directius, familiars...), mitjançant accions de sensibilització i difusió i oferint els recursos i orientació necessàries als clubs amb aquesta finalitat. El projecte inclou activitats per treballar les competències emocionals (empatia, tolerància a la frustració, regulació de la ira...) en l'àmbit de l'esport i la competició. D'aquesta manera, es vol contribuir a millorar la salut i el benestar de les persones vinculades a la pràctica esportiva.

L'Ajuntament del Prat vol estendre el projecte a les diferents disciplines esportives, però ha escollit el futbol masculí per a aquesta primera prova pilot, per ser l'esport més practicat per joves en edat escolar i amb més clubs integrats en els circuits de competició. Més enllà dels valors associats a la competitivitat, l'èxit o el rendiment, el programa municipal pretén estendre una visió d'educació en valors entre els esportistes.



Les entitats que participaran en aquesta prova pilot (AE Prat, CB Terlenka i Atlètic Prat Delta CF) representen prop d'un miler d'esportistes de la ciutat. Les pròpies entitats han pres part d'un procés participatiu per dissenyar els continguts del programa des de finals de l'any passat i han decidit treballar especialment dos valors: el treball equip i la gratitud.

Fruït d'aquest procés participatiu, s'ha decidit desenvolupar sessions d'educació emocional per als jugadors de la categoria infantil (12 - 14 anys), en què participaran 155 joves de 8 equips, amb la implicació de les seves famílies i el cos tècnic i directiu dels clubs. Durant el transcurs dels entrenaments, tots els equips dedicaran 30 minuts a l'educació emocional durant 5 sessions, que es faran entre els mesos de març i maig. Posteriorment, el mes de juny, se celebrarà una jornada extraordinària per posar en pràctica els aprenentatges desenvolupats durant la temporada.

Aquestes sessions correran a càrrec d'una experta en educació emocional i seguiran el model de competències emocionals, definit pel grup de recerca en Orientació Psicopedagògica de la Universitat de Barcelona (UB). Concretament, es treballaran les competències en cinc grans blocs: consciència emocional, regulació emocional, autonomia emocional, competència social i competències de vida i benestar. Al llarg de les sessions, es treballaran aspectes com la intel·ligència emocional, l'autoestima, les habilitats socials, l'automotivació, el benestar, la tolerància a la frustració, etc.

A més de les sessions d'educació emocional, el programa desenvoluparà en fases posteriors altres accions de difusió i sensibilització, així com una campanya adreçada específicament a les famílies i l'entorn dels jugadors. De fet, un dels objectius del projecte és també millorar el clima que es viu a les grades dels estadis durant els dies de competició.

Experiència pionera en el panorama municipal català

El programa "Esports i valors" del Prat de Llobregat és el primer que es desenvolupa en l'àmbit municipal per promoure l'educació en valors en l'àmbit esportiu.

Fins al moment, s'han desenvolupat altres programes amb aquesta finalitat en l'àmbit comarcal, com el programa ["Juga Verd Play"](#), projecte capdavanter que pretén potenciar el joc net entre els infants del Baix Llobregat, o en grans clubs, com el FC Barcelona, que compta amb diverses activitats i programes per difondre els valors en el món de l'esport, especialment entre infants i joves.