**Cloenda del programa “Caràcter esportiu”**

**Més de 150 joves han participat aquest curs en un programa pioner d’educació en valors i suport emocional al món de l’esport al Prat**

**Les sessions de suport emocional a l’inici dels entrenaments han comptat amb el suport d’un psicòleg esportiu de la Universitat de Barcelona.**

**Dissabte vinent, 15 de juny, se celebra una jornada de cloenda del programa “Caràcter Esportiu”, on es faran diverses activitats lúdiques amb els valors de la creativitat i la humiltat com a fil conductor. Algunes d’elles seran un Scape-Room sobre valors o esports o una activitat de l’associació** [**Basket Beat**](http://www.basketbeat.org/basket-beat/) **que, a través del ritme i el bàsquet, treballa tallers de desenvolupament de valors i competències emocionals.**

El Centre Esportiu Municipal Sagnier del Prat de Llobregat acollirà dissabte vinent, 15 de juny, la jornada de cloenda d’aquest curs del programa “Caràcter Esportiu”. Es tracta d’un projecte municipal pioner a Catalunya per promoure l’educació en valors al món de l’esport, a més de donar suport emocional als joves esportistes. El programa, en què han participat enguany 150 nois i noies d’11 a 13 anys, vol que els objectius de competició convisquin també amb els educatius.

La jornada de cloenda se celebrarà entre les 9 i 13.30 h i servirà per posar en comú el treball realitzat durant el curs a l’entorn dels valors de la creativitat i la humiltat, elegits per les mateixes parts implicades en el projecte. Dissabte, els joves participants, dividits per grups, aniran passant per diferents “estacions” per realitzar el conjunt d’activitats esportives, lúdiques i de sensibilització programades. Algunes d’elles són una *Scape-Room* sobre valors i esport o una activitat de l’associació [Basket Beat](http://www.basketbeat.org/basket-beat/) que, a través del ritme i el bàsquet, treballa tallers de desenvolupament de valors i competències emocionals.

A la jornada, hi prendran part els diferents clubs i entitats esportives implicades al programa:  [Vikings Voley Prat](http://new.voleiprat.com/" \t "_blank), [CB Prat](http://cbprat.cat/),  [Associació de Bàsquet Pratenc](https://www.facebook.com/basquet.pratenc), [Triplay Triatló](http://triplayllobregat.com/" \t "_blank), [Triatló Prat](http://prattriatlo.com/) i [Associació d’Atletisme Pratenc](https://pratencaa.net/).

**Treball amb esportistes, cos tècnic i famílies**

Després de dissenyar el programa el primer trimestre del curs escolar, a partir del gener d’enguany els joves esportistes van començar a fer sessions de desenvolupament emocional, durant la primera mitja hora de cada entrenament, dinamitzades per un psicòleg esportiu de Universitat de Barcelona. En aquestes sessions, s’ha treballat l’expressió dels valors i emocions dels esportistes, així com el desenvolupament de la seva consciència emocional o la seva autoestima, entre d’altres aspectes. Es considera que això també pot contribuir a frenar l’abandonament esportiu a l’adolescència, especialment entre les noies, on això es dona major freqüència.

Per als entrenadors i enrenadores, s’han fet formacions per reforçar els seus coneixements i habilitats per treballar el benestar emocional dels esportistes. En el cas de l’entorn familiar dels esportistes, a més de fer-lo partícip del disseny del programa, cal destacar que s’han repartit més de 6.000 díptics informatius i de sensibilització sobre el tema aquest temporada. Un dels principals objectius és reduir la conflictivitat a les graderies.

**El Prat de Llobregat, 12 de juny de 2019**