



DEPORTE, RECREACIÓN Y JUEGO

Para toda la infancia
Salud, Educación, Igualdad, Protección
ASÍ LA HUMANIDAD AVANZA

unicef 





DEPORTE
RECREACIÓN
Y
JUEGO

UN COMPROMISO MUNDIAL

En julio de 2002, el Secretario General de las Naciones Unidas encomendó a un Grupo de Trabajo Interinstitucional la evaluación de las actividades relacionadas con los deportes en el sistema de las Naciones Unidas. Ese Grupo de Trabajo, que fue presidido por Carol Bellamy, Directora Ejecutiva del UNICEF, y Adolf Ogi, Asesor Especial del Secretario General de las Naciones Unidas sobre el Deporte para el Desarrollo y la Paz, reunió a 10 organismos de las Naciones Unidas con amplia experiencia en el tema del deporte.

Varios meses después, el Grupo de Trabajo produjo el informe Deporte para el Desarrollo y las paz. Hacia el Cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo del Milenio. La conclusión de ese informe es que el deporte –desde el juego y la actividad física hasta el deporte organizado y competitivo– es una herramienta poderosa y rentable para avanzar hacia los Objetivos de Desarrollo para el Milenio, el programa aprobado por los dirigentes mundiales en la Cumbre del Milenio de las Naciones Unidas y en “Un mundo apropiado para los niños.” En el 2002 y 2003, los gobiernos de Suiza y los Países Bajos organizaron conferencias mundiales sobre deporte para el desarrollo, reuniendo por primera vez a representantes de organizaciones deportivas, gubernamentales, no gubernamentales y aliados de las Naciones Unidas del mundo entero. Ese mismo año, la Asamblea General de las Naciones Unidas adoptó una resolución sobre el papel del deporte en la promoción de la salud, la educación, el desarrollo y la paz, y declaró que el 2005 sería el Año Internacional del Deporte y la Educación Física.

La lista de programas y actividades deportivas para el desarrollo se encuentra en las siguientes páginas web <www.sportdevconf.org> y <www.sportdevelopment.org>.

Entre los miembros del Grupo de Trabajo Interinstitucional sobre el Deporte para el Desarrollo y la Paz están: Organización Internacional del Trabajo; Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo; Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura; Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente; Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia; Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito; Programa de Voluntarios de las Naciones Unidas; Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA, y Organización Mundial de la Salud. La secretaria estuvo a cargo de la organización no gubernamental Right To Play.

Recomendaciones adaptadas del informe del Secretario General de las Naciones Unidas sobre el deporte para el desarrollo y la paz.

1. **Incorporar el deporte y la actividad física en el programa de desarrollo** de los países y los organismos nacionales e internacionales de desarrollo, haciendo un particular hincapié en la juventud.
2. **Convertir la práctica del deporte en un propósito y en una herramienta para lograr los Objetivos de Desarrollo para el Milenio** y las metas de otras conferencias internacionales y alcanzar las metas más amplias de desarrollo y paz.
3. **Incluir las iniciativas relacionadas con el deporte en los programas de los organismos de las Naciones Unidas** siempre que sea apropiado, y de acuerdo con la evaluación de las necesidades locales.
4. **Facilitar el establecimiento de alianzas innovadoras que incluyan el deporte como herramienta de desarrollo.**
5. Como parte de la asistencia para el desarrollo en el exterior, instar a los gobiernos a **destinar recursos a iniciativas y programas deportivos para el desarrollo que traten de lograr la máxima participación y acceso al “deporte para todos” dentro de sus propios países, y fortalecer la posición del deporte y la actividad física en la formulación general de las políticas.** Así mismo, urgir a los aliados del sistema de las Naciones Unidas –incluidos el sector privado, las organizaciones deportivas y la sociedad civil– a **brindar apoyo financiero y en especie** para el deporte en favor del desarrollo y la paz.
6. Alentar al sistema de las Naciones Unidas a **buscar mecanismos novedosos para hacer del deporte un medio de comunicación y movilización social** tanto a nivel nacional como regional y local.



PRÓLOGO

En todos los países del mundo, el deporte, la recreación y el juego influyen positivamente en la salud física y mental. Esas actividades enseñan importantes lecciones sobre el respeto, la capacidad de liderazgo y la colaboración.

El UNICEF aprovecha el potencial del deporte, la recreación y el juego dentro de sus programas en diversos países. En la actualidad, está formando alianzas con todos los sectores de la sociedad, desde los gobiernos hasta el mundo deportivo y la sociedad civil, con el fin de promover el acceso de los niños y las niñas a los campos deportivos y darles a conocer tanto a ellos como a sus familias los beneficios de la actividad física.

Con nuestros aliados, estamos alentando a los gobiernos a desarrollar estrategias tanto para garantizar que se haga realidad el derecho de todos los niños a jugar, como para brindarles las oportunidades de hacerlo. Esto implica instar a los ministerios a trabajar conjuntamente y a generar recursos, y lograr que la sociedad civil y las organizaciones deportivas nacionales se comprometan a apoyar activamente estas iniciativas.

Tenemos un sueño: que los niños y las niñas disfruten de patios de recreo, campos y estadios nuevos y rehabilitados; que las escuelas incluyan la educación física en sus planes de estudio, y que los niños y las niñas tengan espacios donde poder jugar y entretenerse sin correr peligro. Soñamos con que los maestros reciban capacitación en educación física, y con que los padres y las madres, los jóvenes y los demás miembros de la comunidad se capaciten como entrenadores. Aspiramos a que nuestros niños y niñas crezcan sanos, comprometidos con sus familias y sus amigos, y preparados para el trabajo y para asumir las responsabilidades que, como ciudadanos, les corresponden.

Exhortamos al mundo a compartir este sueño y a defender el derecho de los niños y las niñas a jugar.

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized letters that appear to be 'CIBL'.

Directora Ejecutiva, UNICEF



EL JUEGO, UN ASUNTO SERIO

La primera infancia

Desde el momento en que nacen, y antes de empezar a hacer gorgoritos y a balbucear, los bebés comienzan a explorar. Estiran las manos, tocan los objetos, los agarran, los sacuden y se los llevan a la boca; en otras palabras, descubren poco a poco el mundo no solo con los ojos y los oídos, sino también con las manos, los pies y la boca. Los bebés juegan.

Cuando juega, el niño permanece activo. Todo el tiempo hace nuevas observaciones, pregunta y responde, hace elecciones y amplía su imaginación y su creatividad. El juego proporciona al pequeño la estimulación y la actividad física que su cerebro necesita para desarrollarse y poder aprender en el futuro. A través del juego, el infante explora, inventa, crea, desarrolla habilidades sociales y formas de pensar; aprende a confrontar sus emociones, mejora sus aptitudes físicas y se descubre a sí mismo y sus propias capacidades. En la infancia, el juego constituye una sólida base para toda una vida de aprendizaje.

El niño en edad escolar

Al ir creciendo, el niño adquiere nuevas habilidades y perfecciona las que ya tiene. Trepas, correr, saltar, brincar, son actividades que, entre muchas otras, desarrollan y fortalecen su cuerpo. Y el proceso de socialización le ayuda a dominar las habilidades de índole más formal.

Los juegos basados en reglas y el trabajo formal en equipo desempeñan un papel crucial en el desarrollo de las habilidades físicas, el sentido de la colaboración, la empatía y el pensamiento lógico del pequeño, que aprende a observar las reglas, a compartir, a respetar a sus compañeros y a esperar su turno.

La adolescencia

La principal tarea del adolescente, hombre o mujer, es la búsqueda de identidad. Como explorador de un mundo inmenso y desconocido, el adolescente prueba nuevos comportamientos y posibilidades. Con la orientación adecuada, desarrolla las habilidades que necesita para llegar a ser un adulto responsable y respetuoso de los demás.

El deporte organizado y la recreación física proporcionan al adolescente la oportunidad de expresarse, un aspecto esencial del proceso de descubrimiento. La razón es que esas actividades ayudan a desarrollar habilidades de comunicación, negociación y liderazgo, y

Terminología

Este informe define “deporte” como cualquier modalidad de actividad física que contribuya al buen estado físico, al bienestar mental y a la interacción social. Entre esas modalidades de actividad física se encuentran el juego, la recreación, el deporte informal –organizado o competitivo– y los juegos o deportes autóctonos.

El deporte implica reglas o costumbres y, a menudo, competencia. El juego –especialmente entre los niños y las niñas– se refiere a cualquier actividad física que sea divertida e implique participación. Por lo general, carece de estructura y no está dirigido por un adulto. La recreación es más organizada que el juego, y casi siempre consiste en pasatiempos activos desde el punto de vista físico. El juego, la recreación y el deporte son actividades que se eligen libremente y se emprenden por placer.

“Uno de los beneficios del deporte es que acerca a los jóvenes. El deporte ayuda a superar las diferencias y los problemas porque modifica la conducta social y favorece el desarrollo de los niños y los jóvenes mediante un proceso pacífico. La actitud de los niños y los jóvenes puede cambiar a través de la práctica del deporte. Anteriormente algunos jugadores eran milicianos o pandilleros, o estaban entregados al alcohol, el saqueo o la violación. Pero ahora son deportistas y miembros activos y respetados de su comunidad. Si la paz prevalece en Somalia y elegimos un gobierno, los que tienen talento e interés podrán jugar en Europa y en otras partes del mundo.”

Salah Hussein Wasughe,
miembro de un club
deportivo de Jowhar,
Somalia.

ponen a prueba las aptitudes del joven, que mejoran al igual que la confianza en sí mismo. El deporte organizado y la actividad física ayudan a los jóvenes a establecer vínculos afectivos con sus compañeros y con los adultos, lo que genera sentido de comunidad y pertenencia.

UNA PRÁCTICA QUE ENRIQUECE LA VIDA

Mediante el deporte, la recreación y el juego, los niños y los adolescentes de ambos sexos aprenden a pensar críticamente y a emplear su criterio para solucionar problemas. Esas actividades promueven el sentido de la amistad, la solidaridad y el juego limpio. También enseñan autodisciplina y respeto por los demás, fortalecen la autoconfianza, propician el liderazgo y desarrollan habilidades de afrontamiento y la capacidad de trabajar en equipo. No menos importante, el deporte, la recreación y el juego enseñan a los niños y niñas a hacer frente a las dificultades, y los preparan para asumir papeles de liderazgo y convertirse en individuos responsables y útiles a su comunidad.

EN LOS CAMPOS NO HAY DIFERENCIAS

Con frecuencia se margina a los niños y a los adolescentes por tener alguna discapacidad física, mental o visual, o por vivir en zonas azotadas por la pobreza, la violencia o el conflicto armado. O por ser niñas. Esos niños, niñas y adolescentes no solo pierden la oportunidad de gozar de una infancia alegre, sino la posibilidad de desarrollar las habilidades con que el deporte prepara a los niños, niñas y jóvenes para la vida. Por lo general, los niños y niñas que no tienen acceso a los campos de juego son los mismos que no asisten a la escuela.

El deporte es una herramienta poderosa para promover la igualdad. El deporte contribuye a que los niños y las niñas con discapacidades adquieran confianza en sí mismos, que luego pueden aplicar a otros aspectos de su vida. A la hora de encestar o de anotar un gol, lo que cuenta son las habilidades y no las discapacidades. Combinados con información sobre la salud, los deportes también son útiles para educar a las comunidades en la prevención de ciertos problemas físicos y para recalcar la importancia de la vacunación, la nutrición adecuada y el consumo de sal yodada.

El deporte puede ayudar a las niñas y a las jovencitas a afirmar su lugar en la sociedad, y les brinda la oportunidad de ejercer control sobre sus vidas¹. Este aspecto es de la mayor importancia, teniendo en cuenta la tremenda presión que existe para que inicien temprano su vida sexual y tengan hijos. El deporte ayuda a que las niñas adquieran autoestima y respeto por su cuerpo. Así mismo, les permite establecer amistades y les enseña a ejercer liderazgo, a ser autosuficientes y autónomas. Contradiendo el estereotipo de que las niñas son más débiles que los niños, el deporte las expone a modelos femeninos de comportamiento, lo que hace que sus metas en otros aspectos de la vida les parezcan alcanzables.

EL JUEGO, UNA HERRAMIENTA PARA LA PAZ

En épocas de conflicto, posconflicto y emergencias, el deporte, la recreación y el juego proporcionan esperanza y sentido de normalidad a los niños y adolescentes de ambos sexos. Esas actividades también ayudan a que los pequeños que han sufrido traumas canalicen sanamente el dolor, el temor y la pérdida. De igual modo, ayudan a cicatrizar las heridas emocionales creando un ambiente seguro en el que los niños, niñas y adolescentes pueden expresar sus sentimientos, aprenden a confiar y establecen su autoestima y la confianza en sí

mismos. El deporte, especialmente los que implican formar parte de un equipo o de un club, desarrolla en los niños ex combatientes un sentido de pertenencia que es crucial para su reintegración a la comunidad.

El deporte es un lenguaje universal con la capacidad de superar diferencias y fomentar valores esenciales para una paz duradera. Es una herramienta poderosa para liberar tensiones y facilitar el diálogo. En los campos de juego, las diferencias culturales y políticas se esfuman. Los menores que hacen deporte se dan cuenta de que es posible interactuar sin coerción ni explotación. Los jugadores actúan bajo una serie de reglas cuyo cumplimiento es vigilado por un árbitro. Además, existen sanciones para castigar las transgresiones y evitar que surjan enemistades entre los adversarios.

El ideal olímpico

Desde 1993, la Asamblea General de las Naciones Unidas adoptó por unanimidad una resolución de apoyo al ideal de los Juegos Olímpicos. Esa resolución propugna el cese de las hostilidades a fin de que los atletas lleguen sanos y salvos hasta la sede de los Juegos Olímpicos, y reconoce que el deporte y los ideales de los Juegos favorecen el diálogo y la solidaridad mundial.





“Suelo invitar a mis familiares y a mis amigos a jugar fútbol conmigo porque yo disfruto mucho este deporte. Durante la cena, hoy conversaremos sobre el partido de esta tarde.”

“Lo que más me gusta del fútbol es hacer goles y que todos me aplaudan. Me siento feliz cuando mi equipo gana. Aunque hoy perdimos, estoy feliz porque me divertí mucho jugando.”

Naw Pa Eh, refugiado de Myanmar de 12 años, que vive en un campamento de refugiados en Tailandia.

El compromiso con el derecho a jugar

“Los Estados Partes reconocen el derecho de la niñez al descanso y la diversión, a jugar y realizar actividades recreativas apropiadas para la edad, y a participar libremente en la vida artística y cultural.” Los niños no solo tiene derecho a jugar, sino que los Estados deben “proveer oportunidades para el desarrollo de actividades culturales, artísticas y recreativas.” Artículo 31 de la Convención sobre los Derechos del Niño (1989).

Como parte de su compromiso de propiciar una vida sana y proporcionar una educación de calidad, en del Período Extraordinario de Sesiones de las Naciones Unidas sobre la Infancia, en mayo del 2002, los líderes mundiales se comprometieron a:

- “Promover la salud física, mental y emocional de los niños, incluidos los adolescentes, por medio del juego, los deportes, actividades de esparcimiento y la expresión artística y cultural.”

- “Proporcionar instalaciones y oportunidades de acceso a actividades deportivas y de recreación en las escuelas y comunidades.”

“Un mundo apropiado para los niños” (2002)

“La educación física y la práctica de los deportes son un derecho fundamental de todo el mundo.” Artículo 1 de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte (UNESCO, 1978).



Un cofre lleno de sueños y esperanzas

A primera vista no es más que una caja de metal. Pero al abrirla, la caja de recreación del UNICEF, llena de juegos y juguetes, ayuda a sanar a los niños y niñas cuyas vidas han resultado gravemente afectadas en épocas de crisis. El cofre, que contiene elementos hasta para 40 pequeños, incluye diversas clases de pelotas, cuerdas de saltar, blusones de colores, tiza, cintas métricas, silbatos y libretas para anotar puntajes. Las panderetas, sonajeros, tambores, disfraces para danzar y juegos autóctonos (adaptados a la cultura local) estimulan a los chicos a expresarse. Una guía para los maestros, producida en cada país y traducida al idioma local, garantiza que las actividades tengan un verdadero efecto curativo.

Hay cofres llenos de balones, redes y bombas de aire; es decir, todo lo que se requiere para jugar fútbol, baloncesto, voleibol o balonmano. Esos elementos proporcionan a las comunidades el equipamiento necesario para establecer programas deportivos o incorporar uno o más deportes a los proyectos para la infancia y la adolescencia que ya están en marcha. Esos elementos se utilizan actualmente para crear ligas infantiles femeninas, impartir clases de educación física en las escuelas y crear clubes deportivos locales.





OFRECER A LA INFANCIA EL MEJOR COMIENZO EN LA VIDA

Los niños y niñas juegan en cualquier parte y con cualquier cosa: en ambientes organizados, en el jardín infantil y en el hogar. Los materiales más sencillos –agua, arena, cartón, bloques de madera, ollas y tapas– sirven para desarrollar el lenguaje y la capacidad de análisis y la toma de decisiones. Los padres, las madres, los familiares y las demás personas que cuidan a los menores deben convertir el juego en un aspecto central del proceso de desarrollo y aprendizaje de los niños.

- En **Turquía**, el Programa de Capacitación sobre la Familia y la Niñez promueve la participación de todos los integrantes de las familias con niños menores de seis años en deportes y juegos aptos para los chiquillos. La familia extensa aprende sobre la importancia de educar a los niños y niñas desde la más tierna edad. Así mismo, aprende sobre nutrición, lactancia y juego. Con un mayor conocimiento de las necesidades físicas, psicológicas y cognitivas de la niñez, las familias aprenden a hacer de su hogar un medio favorable para el aprendizaje interactivo de sus hijos.
- En **Vanuatu**, especialmente en las zonas rurales, las comunidades construyen y administran escuelas piloto para la infancia, con un plan de estudios enfocado hacia las necesidades de desarrollo de los niños y niñas, y basado en el eslogan “Aprender jugando.” Esas escuelas forman parte de un programa dirigido por la asociación de escuelas infantiles Blong Vanuatu, y cuentan con sitios bajo techo y al aire libre donde los niños juegan sin correr peligro, un lugar para lavarse las manos y un espacio donde los pequeños interactúan en ambientes que simulan la vida real, como una casa, una clínica o una tienda a escala. Los neumáticos se utilizan como columpios, la madera local sirve para construir marcos para trepar, y las canoas inservibles se llenan de arena y agua para jugar. La comunidad apoya al maestro, ayuda a mantener el establecimiento y el equipo en buen estado, y supervisa las actividades diarias.
- Toboganes y balancines, columpios y juegos al aire libre proporcionan ratos de esparcimiento a los pequeños que resultaron traumatizados por el terremoto masivo que sufrió la ciudad de Bam, en la **República Islámica del Irán**, en diciembre del 2003, y que costó la vida de más de 45.000 personas y dejó huérfanos a por lo menos 2.000 menores. Para apoyar física y emocionalmente a los niños y niñas afectados, tan pronto como ocurrió la tragedia se establecieron varios centros de atención. Una combinación novedosa de narración de cuentos, artes, educación en cuidado personal, ejercicios de relajación y juegos ayudó a los niños a sanar y recuperarse.

UNA AYUDA PARA SOBREVIVIR Y PROSPERAR

Los juegos deportivos, los festivales y los atletas populares tienen el poder de congregarse enormes multitudes y de atraer gente que no tiene acceso a los servicios de salud, en especial la que vive en zonas rurales y remotas. Esta clase de eventos constituyen excelentes oportunidades para fomentar un estilo de vida saludable recalcando, por ejemplo, los beneficios del ejercicio, la higiene y el saneamiento ambiental, y advirtiéndoles contra los efectos nocivos de algunas conductas, como fumar, consumir alcohol y utilizar otro tipo de drogas. También son una buena oportunidad para salvar vidas, pues se prestan para vacunar a los pequeños, suministrar mosquiteros tratados con insecticidas para proteger a las familias contra el paludismo y repartir suplementos de vitamina A.





El deporte



fortalece amistades.

*Una de las máximas del deporte es que no hay diferencias entre los niños.
Todos aprenden cómo ganar y perder de manera honorable.*



- En una de las campañas más importantes de la historia de Zambia, alrededor de cinco millones de niños y niñas entre los seis meses y los 14 años fueron vacunados contra el sarampión. Trabajando con la organización no gubernamental Derecho del Niño a Jugar, el UNICEF convocó embajadores atletas, entre ellos el famoso futbolista de Zambia Kalusha Bwalya, para reforzar en carteleras y afiches mensajes relacionados con hábitos saludables.

En algunos puestos de vacunación instalaron zonas de juego para que los niños llevaran a cabo actividades relacionadas con la importancia de la vacunación. La radio y la televisión locales destinaron espacios para la transmisión de canciones y anuncios. La Campaña Nacional Contra el Sarampión, que se realizó en junio del 2003, formó parte de una iniciativa mundial para reducir a la mitad en el 2005 el número de muertes causadas por esta enfermedad.

- Durante las semanas anteriores a la Copa Mundial de Críquet del 2003, mientras los demás equipos se preparaban, el equipo de la **India** se tomó el tiempo necesario para dar un impulso vital a la campaña nacional de erradicación de la poliomielitis, instando a los aficionados a acabar con la amenaza de esa enfermedad en el país. Las estrellas del equipo de la India, algunos ex capitanes y varios comentaristas promovieron la vacunación contra esta enfermedad en anuncios televisivos y durante los partidos, especialmente en Uttar Pradesh, el estado más golpeado por ese mal. Al hacerla coincidir con la Copa Mundial, la campaña de erradicación de la poliomielitis llegó a un número inmenso de personas, pues los aficionados al críquet de todo el país permanecieron frente al televisor hasta el final del evento.

Un año más tarde, durante la temporada de las ligas profesionales, los capitanes de la India y el Pakistán –el indio Rahul Dravid y el pakistaní Inzamamul Haq– dejaron de lado la rivalidad antes de un encuentro amistoso en Lahore. En la cancha, los dos héroes se tomaron de la mano con los niños para apoyar la campaña de erradicación de la poliomielitis que se estaba desarrollando en ambos países.

- En **Marruecos**, donde la carencia de yodo afecta a dos millones de niños y niñas, los atletas olímpicos visitan las escuelas para conversar con los alumnos sobre la importancia del yodo para el organismo humano, y mostrar cómo se utilizan los estuches de prueba de la sal.

Los atletas alientan a los pequeños a probar la sal y les aconsejan que instruyan a sus familiares sobre los beneficios de la sal yodada. Debido a que los atletas son influyentes modelos de conducta, se espera que el proyecto no solo prevenga ciertas discapacidades en los estudiantes y sus familias, sino que estimule a los niños y a los adolescentes a transmitir el mismo mensaje entre todos los miembros de la comunidad.

- En **Tayikistán**, el Ministerio de Educación y la Federación Tayik de Fútbol se asociaron para organizar torneos de fútbol en 800 escuelas a lo largo y ancho del país. Esas competencias amistosas, que reúnen niños, adolescentes, familias y comunidades, buscan concientizar sobre la importancia de una buena higiene y del saneamiento ambiental. El partido final por el campeonato, que se jugará en Dushanbe, será una de las actividades del Foro Infantil sobre el Agua de Tayikistán, que se llevará a cabo en agosto del 2004.
- Con el eslogan Deportes sin Tabaco se celebró el Día Mundial sin Tabaco del año 2002 de la Organización Mundial de la Salud. Los atletas, las organizaciones y las autoridades deportivas nacionales y locales, los equipos escolares y universitarios y los medios de comunicación se unieron en una gran campaña para dar a conocer los efectos nocivos del tabaco. El objetivo principal del “Día Internacional por tu salud, muévete” del 2004 fue promover la actividad física entre los jóvenes, tanto en la escuela como fuera de ella.

UNA EDUCACIÓN DE CALIDAD PARA LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS

Dado el gran número de niños y adolescentes que pasan por ellas, las escuelas son el lugar ideal para el deporte, la recreación y el juego. Estas actividades mejoran la calidad de la educación porque favorecen el desarrollo integral y no solo las capacidades intelectuales del alumno. Además, aumentan el número de matrículas, estimulan el aprendizaje y mejoran la asistencia y el rendimiento. Durante las clases de educación física, los maestros dan información sobre hábitos saludables y maneras de evitar las enfermedades. Los alumnos transmiten luego esa información a sus familiares.

Los programas recreativos extracurriculares, tanto dentro de la escuela como fuera de ella, son una excelente manera de proporcionar a los niños y los adolescentes la oportunidad de continuar aprendiendo más allá del aula escolar en un ambiente seguro. La ayuda que brindan estos programas para la realización de las tareas escolares, la educación en temas de nutrición, salud e higiene, el desarrollo de habilidades necesarias para la vida y la capacitación en diferentes oficios contribuye a que los alumnos desarrollen todo su potencial.

“Yo abandoné la escuela a los 15 años, poco después de morir mi padre. Durante los últimos cuatro años he mantenido a mi familia trabajando como costurera en mi hogar. Abandonar la escuela me aisló por completo de mis amigas, pero el fútbol ha cambiado esto.”

“Durante las conversaciones con mis compañeras y el entrenador después de las prácticas, he aprendido mucho sobre el VIH/SIDA y sobre cómo debo relacionarme con los chicos. Antes de vincularme a este equipo, yo no tenía información alguna sobre el VIH/ SIDA.”

“Del fútbol me gustan varias cosas. Por ejemplo, que me mantiene en buen estado físico, que mi familia asiste a los partidos para animarme y que los viajes me permiten conocer distintos sitios y comunidades. Antes, la gente creía que las niñas no podían jugar fútbol, pero ahora se dan cuenta de que estaban equivocados y aprecian lo que hacemos.”

Mwanamisi Ali, joven de 19 años que juega como arquera del equipo femenino Chelsea, de Kenya.



“El Tae kwon do me mantiene en forma y activo y me ha enseñado disciplina. También me ha ayudado a afrontar mis problemas personales. Yo fumé durante un año. Un día, mi maestro de Tae kwon do me vio fumando después de una clase. Me llevó a un lado y habló conmigo sobre fumar y cómo podría afectar a mi rendimiento. Dejé de fumar a partir de ese día. Espero ser un profesor de deportes algún día.”

Tenzing Norden, un estudiante de la Yangchenphu High School en Bután y cinturón negro en Tae Kwon do

Por último, los deportes tienen la capacidad de incentivar la participación de la familia y la comunidad en la educación. Los padres y madres pueden convertirse en agentes activos de la educación de sus hijos actuando como entrenadores y asistiendo a los eventos deportivos.

- En **Rwanda**, el deporte y la educación física sirven de marco para impartir educación sobre la paz y la prevención del VIH/SIDA en las escuelas primarias para huérfanos y niños vulnerables. Los maestros utilizan una guía que no se limita a los aspectos técnicos del deporte, sino que muestra cómo vincular el deporte y el desarrollo. Entre otros temas, la guía enseña a incorporar la educación para la paz en las clases de educación física, y a abordar constructivamente la violencia y el conflicto en el deporte. Además incluye herramientas para fomentar entre los alumnos las habilidades que necesitan para la vida activa, haciendo hincapié en mensajes clave sobre el juego limpio, la importancia de mantenerse saludable, los efectos nocivos del tabaco, el alcohol y otras sustancias. Más de 500 maestros han recibido capacitación utilizando esta guía. El Ministerio de Educación tiene el proyecto de ampliar el programa y capacitar maestros en las 12 provincias del país.

La Federación Nacional de Voleibol de Rwanda también está trabajando en escuelas de educación primaria y secundaria, y ya ha capacitado a 2.600 maestros que comparten sus nuevas habilidades durante la clase de educación física y los programas extracurriculares.

- En **Guinea**, donde solo el 28 % de los alumnos secundarios son mujeres, la Asociación Nacional de Fútbol y el Ministerio de Educación organizaron una liga nacional de fútbol femenino y un campeonato a fin de impulsar el deporte entre las niñas y mejorar la asistencia a las escuelas. En Conakry y demás regiones del país se realizaron encuentros preliminares en los que compitieron más de 50 equipos femeninos. De esos partidos regionales saldrán los ocho equipos que competirán en las finales de octubre del 2004. Participarán cientos de niñas que, a su vez, servirán de modelos para las más pequeñas. La transmisión de las finales que harán los medios de comunicación permitirá que decenas de miles de jóvenes de ambos sexos disfruten de los partidos en directo, y que millones de personas vean a las niñas recibir reconocimiento y respeto en los campos deportivos.

Además de preparar estas actividades, Guinea trabaja con el Directorio Nacional de Deportes del Ministerio de Educación para asegurar que todos los niños y niñas reciban educación física en la escuela primaria y secundaria, y que esta actividad se relacione con temas de desarrollo, aptitudes para la vida práctica y mensajes de salud. En la región de Guinea-Forest se utiliza también el fútbol para superar las divisiones entre comunidades, especialmente entre los refugiados, y para mantener a los jóvenes involucrados en actividades sanas. Estas actividades se consideran un elemento fundamental en el mantenimiento de la paz y la seguridad en ésta subregión de África Occidental, y el fútbol se utiliza como la fuerza común.

- Segundo Tempo, un programa conjunto de los Ministerios de Educación y de Deporte y Turismo del **Brasil**, recibe apoyo de asociados nacionales y funciona en las escuelas primarias y secundarias. Este programa proporciona a los alumnos cuatro horas de actividades que complementan la jornada escolar, también de cuatro horas. Segundo Tempo brinda a los niños y niñas un entorno seguro y les permite seguir aprendiendo después de clases. El plan de estudios incluye educación sobre nutrición y salud, asistencia para las tareas escolares, y actividades complementarias que buscan relacionar el deporte y la recreación con la higiene, la preparación para la vida activa, la prevención del VIH y el desarrollo de valores sociales. En el curso de un solo año, el programa ha llegado a un millón de niños y niñas y a 2.300 maestros de 26 estados. La meta es llegar en el año 2010 a los 39 millones de niños y jóvenes brasileños en edad escolar.

- En **Zimbabwe**, el programa Educación de la Juventud a través del Deporte, liderado por jóvenes, cubre todo el país y recibe apoyo de numerosos aliados nacionales e internacionales. El programa exige que los participantes se comprometan a permanecer en la escuela y a hacer trabajo voluntario en sus comunidades. Su propósito es dotar a la juventud de las habilidades que exige la vida activa y de las herramientas necesarias para convertirse en educadores de sus coetáneos y prestar un servicio a sus comunidades como modelos positivos de comportamiento. Desde el año 2000, el programa ha llegado a 25.000 jóvenes, de los cuales la mitad son muchachas.

PROTEGER A LOS JÓVENES CONTRA EL VIH/SIDA

Las organizaciones y las ligas deportivas son ideales para difundir información crítica y mensajes preventivos sobre el VIH/SIDA entre la juventud. Tanto las organizaciones como las ligas deportivas tienen la capacidad de unir a las comunidades y fomentar el acceso de los jóvenes a los servicios, enseñarles habilidades que los preparan para la vida y, lo que es más importante, acercarse a ellos en un lenguaje que entienden. La educación sobre VIH/SIDA se puede impartir durante las sesiones de entrenamiento, los partidos o los intermedios, y puede estar a cargo de los maestros, los entrenadores y los compañeros.

El deporte brinda a los jóvenes de ambos sexos la oportunidad de hablar abiertamente sobre el VIH/SIDA y de aprender a protegerse contra la enfermedad y a resistirse a la presión y la intimidación. La juventud es más receptiva a los mensajes relacionados con la prevención del VIH/SIDA cuando son transmitidos por los entrenadores y los compañeros en el campo deportivo, que cuando son transmitidos por los maestros en el aula. Las conversaciones sinceras sobre este tema también contrarrestan la discriminación y promueven el apoyo y el interés por quienes padecen esta enfermedad.

Por otra parte, los deportes representan para los jóvenes infectados o afectados por el VIH/SIDA –incluidos los huérfanos y otros niños y niñas vulnerables– la oportunidad de adquirir un sentido de pertenencia, de recibir apoyo y de sentirse protegidos contra la explotación.

- En **Honduras**, el programa Fútbol para la Vida, que se basa en los derechos de la infancia, promueve la prevención del VIH/SIDA y protege a los niños y jóvenes de ambos sexos entre los 7 y los 18 años de la explotación sexual y el trabajo infantil. Los adolescentes mayores sirven voluntariamente de modelos para los jugadores más pequeños. Al terminar los partidos de los sábados por la tarde, organizan una comedia, una charla o cualquier otra actividad para destacar los peligros del VIH/SIDA y la importancia de proteger a los niños y niñas de ese peligro. La condición para que los niños y los jóvenes puedan acceder a este programa, que cuenta con 5,000 participantes y 1,000 jóvenes voluntarios, es asistir a la escuela o a los centros de educación formal. Además de aprender a protegerse del VIH/SIDA, los niños también aprenden acerca de las desventajas de abandonar la escuela y los riesgos de involucrarse en pandillas.

El programa es el resultado de la colaboración de muchos asociados, entre ellos la Comisión Nacional Pro Instalaciones Deportivas, la Municipalidad del Distrito Central y los medios de comunicación, que se unieron en la campaña “Decir sí por los niños y las niñas²”.

- En la Academia Feyenoord de Fútbol de **Ghana**, los adolescentes dan información a sus compañeros sobre el VIH/SIDA y la mejor manera de reducir el riesgo de infección. Los jugadores reciben capacitación y material educativo, y organizan sesiones para sus coetáneos en la academia y, aún más importante, para los aficionados en los campos



*Los niños juegan
en cualquier parte y*



en todas partes

– en instalaciones organizadas, en la escuela o en casa. Los materiales más simples –agua, arena, cartón, trozos de madera, cacharros y tapas de botellas– pueden ayudar a desarrollar el lenguaje de los niños, las destrezas analíticas y la toma de decisiones.



donde juegan los partidos. Cuando salen de vacaciones, regresan a su hogar llevando consigo los conocimientos que han adquirido sobre la prevención del VIH/SIDA. En sus comunidades se les considera estrellas y héroes, lo que intensifica las repercusiones del trabajo que realizan.

Aun cuando el objetivo principal del programa es la prevención del VIH/SIDA, los adolescentes también desarrollan habilidades importantes, como resolución de problemas, toma de decisiones, comunicación y pensamiento crítico.

Esas habilidades les ayudan a enfrentar adecuadamente la presión del grupo y a manejar las emociones y el estrés, a la vez que fortalecen la confianza en sí mismos y en su futuro, y a elegir estilos de vida sanos a medida que entran a la edad adulta.

Un total de 2.156 jóvenes de ambos sexos han recibido información sobre cómo protegerse del VIH/SIDA. Los alumnos de la Academia (financiada por el Club de Fútbol Feyenoord, de los Países Bajos) viajaron recientemente a Lesotho y Sudáfrica para jugar varios partidos, y aprovecharon la oportunidad para conversar con los jóvenes jugadores de otros países sobre la prevención del VIH/SIDA.

- ¡Kicking AIDS out! es una red internacional de organizaciones del **África subsahariana** con asociados en el hemisferio norte. Esta organización se vale del deporte, la actividad física y el juego para enseñar aptitudes necesarias para la vida activa, crear conciencia sobre el VIH/SIDA, enseñar métodos de protección y motivar a la gente a modificar su comportamiento. Esta iniciativa africana, impulsada por personas directamente afectas por el VIH/SIDA, incentiva a las comunidades a desarrollar métodos innovadores para hacer frente a la enfermedad, en particular mediante el deporte.

Zambia: El compromiso de un entrenador

El entrenador Benson Lwenge fue futbolista profesional. Ahora desea que los niños y niñas de Chaında, una de las zonas más pobres de Lusaka, sepan que el SIDA mata. Cuatro días a la semana, los alumnos de la Escuela Comunitaria Yasheni, de 8 a 14 años, corren en tropel a un campo de fútbol improvisado en un potrero ubicado a medio kilómetro de su escuela. La mayoría carece de atuendo y zapatos deportivos.

“Hay tres cosas que quiero enseñar a los niños a través del deporte: Dios, disciplina e igualdad entre los niños y las niñas”, dice el entrenador Benson.

El tiempo que los niños y las niñas pasan en el campo de juego los hace menos vulnerables a la explotación. Los padres y los cuidadores se sienten felices porque, después de hacer deporte, los pequeños van directamente a casa y no se dedican a actividades peligrosas.

Loveness, una niña de 12 años, dice que el fútbol la “ha hecho más fuerte que sus amigas, y tan capaz como los niños.” El momento que recuerda con más emoción fue cuando jugó delante de Kalusha Bwalya, el futbolista zambiano de más renombre internacional.

El deporte ayuda a cimentar las amistades. En el campo no existen diferencias entre los niños y las niñas, ni entre los huérfanos y los que tienen padres. Allí, todos aprenden a ganar y perder de forma honorable. Yesheni piensa mejorar las actividades de difusión y utilizar el deporte para identificar a los niños huérfanos y vulnerables. Sus actividades han recibido el impulso de la caja deportiva del UNICEF, donada por la FIFA.

LA CIENCIA DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y EL JUEGO

Practicar alguna actividad física de manera habitual es crucial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social. Los buenos hábitos se adquieren temprano en la vida: según diversas investigaciones, los menores que hacen ejercicio tienen más probabilidades de mantenerse activos físicamente cuando son adultos. El deporte, la recreación y el juego:

Fortalecen el organismo y evitan las enfermedades. La actividad física regular contribuye a la salud de los huesos, los músculos y las articulaciones, ayuda a controlar el peso corporal y a reducir los niveles lípidos y la presión arterial. Promover la actividad física es una excelente manera de prevenir las enfermedades crónicas y, desde el punto de vista de los países, una estrategia económica para mejorar la salud pública.

La inactividad física ocasionó alrededor de 1.9 millones de muertes en el año 2000 en todo el mundo, y se estima que causó entre el 10 y el 16 % de todos los casos de diabetes y de cáncer de mama y colon, y cerca del 22 % de los casos de cardiopatía isquémica. Solo en el año 2000, los costos médicos en que incurrieron los Estados Unidos por la falta de actividad física fueron de más de 75.000 millones de dólares³.

Preparan a los lactantes para su futuro aprendizaje. De acuerdo con una investigación nacional con tres mil niños y niñas del programa de los Estados Unidos Early Head Start, el desempeño cognitivo, verbal y socioemocional de los chiquillos de tres años que participan en los programas fue significativamente mejor que el de los niños asignados de forma aleatoria al grupo control. Los programas Early Head Start brindan a los menores oportunidades de expresarse a través del arte, la música, el movimiento, la narración de cuentos y los juegos bajo techo y al aire libre⁴.

Reducen los síntomas del estrés y la depresión. Diversas investigaciones han confirmado que la actividad física reduce los síntomas del estrés y la depresión en los adultos. No obstante, un estudio reciente con niños y niñas de 8 a 12 años de tres escuelas de los Estados Unidos reveló que los menores que no practican actividades físicas se deprimen con más frecuencia que los niños activos⁵.

Otro estudio reveló que los estudiantes de secundaria que hacen deporte son menos dados a pensar seriamente en el suicidio que los estudiantes inactivos⁶.

Mejoran la autoestima. Según una investigación con alumnos de séptimo grado de zonas urbanas pobres, los jovencitos que participan en deportes organizados tienen mejor autoestima y más habilidades sociales, según sus maestros. Ese estudio

también encontró que los varones de 13 años que el año anterior hicieron deporte habían tenido menos contacto con la marihuana que los varones de su misma edad que no habían hecho deporte durante el mismo período⁷.

Mejoran el aprendizaje y el rendimiento académico. Un estudio realizado con dos grupos de cuarto grado reveló que el 60 % de los alumnos, incluidos cinco que sufrían de trastorno por déficit de atención, trabajaban mejor y se mostraban menos inquietos los días en que tenían recreo. Un descanso de 15 minutos daba por resultado un comportamiento 5 % más centrado, lo que se traducía en 20 minutos menos de trabajo durante el día⁸.

Otro estudio mostró que niños y niñas de 6 a 12 años que dedicaron cinco horas semanales a la actividad física tuvieron un rendimiento académico significativamente mejor que los niños que hicieron solo 40 minutos de actividad física a la semana⁹.

Una investigación con 900 alumnos de escuela secundaria para examinar los beneficios a largo plazo del deporte, reveló que los jovencitos que practicaban deporte en décimo grado tenían más probabilidades de continuar con su educación y presentaban un nivel menor de aislamiento social que los que no hacían deporte. (No obstante, hacer deporte también se relacionaba con un mayor consumo de alcohol¹⁰).

Previenen el tabaquismo y el consumo de drogas ilícitas. Una encuesta realizada en 1997 entre más de 16.000 estudiantes de escuelas públicas y privadas reveló que la probabilidad de haber fumado habitualmente en el pasado, o de haberlo hecho durante el último mes, era menor entre los que hacían deporte que entre los que permanecían inactivos. (El estudio reveló también que los atletas suelen usar más tabaco en goma de mascar que los que no son atletas.) Los jóvenes deportistas también tenían menos probabilidades de consumir marihuana, cocaína u otras sustancias como LSD, heroína, éxtasis y PCP (fenciclidina¹¹).

Reducen la delincuencia. Las causas de la delincuencia son múltiples y complejas. El deporte podría influir indirectamente en la reducción de la delincuencia estimulando el gusto por los retos y la aventura, propiciando la utilización positiva del tiempo libre, proporcionando modelos de comportamiento a través de los entrenadores y dando a los jóvenes un propósito. Los beneficios del deporte parecen ser aún más importantes cuando se combina con programas que favorecen el desarrollo social y personal.



दिनांक
11/7/03

LLEGAR A TODOS, NIÑOS Y NIÑAS

La práctica del deporte es una manera eficaz de acercarse a los niños y adolescentes marginados, o a aquellos contra quienes se ejerce algún tipo de discriminación, como los huérfanos, los que tienen limitaciones mentales o físicas, los que viven o trabajan en la calle, los ex combatientes, los que son víctimas de explotación sexual y los que pertenecen a comunidades indígenas. Para ellos, el deporte representa compañía, apoyo, sentido de pertenencia y conexión emocional.

- En **Kenya**, la Asociación Deportiva Juvenil Mathare cuenta con sitios seguros para alrededor de 16.000 adolescentes de ambos sexos que viven en los barrios más pobres de Nairobi. Cada año, más de 1000 equipos de jóvenes juegan alrededor de 10.000 partidos durante los fines de semana y las vacaciones. Los equipos de la Asociación han resultado ganadores en muchos torneos juveniles tanto en Kenya como en el exterior. De hecho, el programa, que vincula el desarrollo de los jóvenes con los deportes y el activismo ambiental, es tan novedoso y ha tenido tanto éxito que en el 2003 fue propuesto como candidato al Premio Nóbel de la Paz. Cuando no están jugando, los jovencitos recogen basura y destapan desagües en sus barrios, lo que llevó a que la Asociación recibiera el Premio al Medio Ambiente Mundial 500, de las Naciones Unidas, en 1992.

Una parte de la filosofía del grupo es ayudar a sus miembros a desarrollar habilidades para la vida activa dentro y fuera del campo de juego. El alcance del programa de la Asociación se ha incrementado a través de los años. En la actualidad, además de los deportes, dirige un programa educativo sobre el VIH/SIDA, un programa de becas educativas, un proyecto de fotografía, actividades de educación sobre el medio ambiente y servicios comunitarios.

- Se calcula que 1000 niños en edad escolar viven en Barbulesti, una comunidad de **Rumania** predominantemente gitana. No obstante, la deserción escolar llega casi al 50 % entre las niñas de quinto a octavo grado, y de solo 32 niñas que se habían matriculado en octavo grado, la mayoría no asistía a clases. En el Centro de Educación Diurna, dirigido por la Fundación Progreso, una organización no gubernamental local, el deporte se utiliza para que las niñas no abandonen la escuela y para elevar su estatus en la comunidad. Hay un equipo de fútbol masculino y uno femenino, y todos los integrantes reciben entrenamiento de un profesional en la enseñanza del deporte. Los niños y las niñas son seleccionados de acuerdo con su asistencia a la escuela y su rendimiento. El trabajo en equipo ha ayudado a que los chicos superen sus diferencias sociales. Gracias al programa, que solo lleva un año de funcionamiento, ha aumentado la motivación para asistir a la escuela y tener un buen rendimiento. Tan es así, que abandonar la escuela ha dejado de ser una opción para los niños y niñas que participan en el programa.
- En **Camboya**, una organización no gubernamental llamada Phare Ponleu Selpak tiene una escuela circense en la que 120 niños y jóvenes de ambos sexos entre los 8 y los 22 años aprenden acrobacia, equilibrio, malabarismos y toda clase de volteretas. Practican cinco días durante la semana y algunos fines de semana.

Los estudiantes asisten a la escuela circense a tiempo completo, o a medio tiempo si todavía están en la escuela. Los mayores también asisten a clases nocturnas para organizar nuevos espectáculos. Una pequeña parte de lo que se recauda en los espectáculos se reparte entre los artistas, que llevan el dinero a sus familias y comunidades.

Los alumnos de la escuela circense de Phare Ponleu Selpak se han presentado en muchos países, y en su mayoría son niños y niñas que corren el riesgo de ser víctimas de la

“Yo soñaba con ser bailarina. Pero a los 10 años tuve un accidente automovilístico que me dejó parapléjica. Conocí la Asociación Física para Discapacitados cuando estaba dedicada a mi rehabilitación. Hasta ese momento, yo no sabía lo que el deporte puede hacer por la gente con necesidades especiales y realmente me gustó la idea.”

“Mi condición física ha mejorado notablemente gracias a los deportes...”

“Hoy en día me considero una atleta de baloncesto en silla de ruedas... Soy igual a todo el mundo, y tengo los mismos derechos y obligaciones. La única diferencia es la manera en que me muevo.”

Larissa Blasco Leme, joven brasileña de 14 años



explotación, el tráfico de menores de edad y el abuso sexual por ser huérfanos o trabajar en las calles. Dieciocho niños y jóvenes de ambos sexos constituyen la troupe de concientización de la escuela, que se dedica a crear conciencia entre los miembros de la comunidad sobre el tráfico de menores de edad, las drogas ilícitas, las minas terrestres, el VIH/SIDA y los derechos de las personas discapacitadas.

Además del circo, Phare proporciona a los niños y niñas acceso a diversas actividades artísticas, culturales, sociales y educativas, entre ellas pintura, música tradicional, canto y danza.

- En **Malasia**, un programa nacional llamado Fútbol para Todos, una alianza entre el UNICEF y el Ministerio de Educación, brinda a los niños y niñas con discapacidad visual, auditiva o mental la oportunidad de jugar fútbol en un entorno estructurado que les brinda verdadero apoyo. Con el respaldo de la Asociación de Fútbol de Malasia, los entrenadores y los árbitros son capacitados por un equipo de la Federación Deportiva Inglesa para Personas Discapacitadas. Se han creado ligas de fútbol en las escuelas de enseñanza primaria y secundaria para los niños y niñas que tienen alguna discapacidad, lo que ha estimulado el desarrollo de un grupo de jóvenes talentos con miras a participar en los equipos paraolímpicos nacionales de Malasia.

CICATRIZAR LAS HERIDAS DE LOS CONFLICTOS Y LAS EMERGENCIAS

Dado la ausencia de una estructura escolar formal, el deporte, la recreación y el juego constituyen mecanismos de educación infantil no solo durante los conflictos y las emergencias, sino también después de ellos, y son de gran ayuda para que la gente sane emocionalmente y pueda reconstruir su vida. Esas actividades tienen la capacidad de rehabilitar a los niños y niñas que han resultado traumatizados, de reintegrar a la sociedad a los niños ex combatientes y de recuperar el espíritu de comunidad.

- En Juba, una ciudad del sur del **Sudán**, más de dos décadas de guerra civil han dejado una multitud de niños huérfanos, desnutridos y traumatizados. Junto con el UNICEF, la organización no gubernamental Derecho del Niño a Jugar puso en marcha el programa SportWorks. Hasta la fecha, 87 maestros de preescolar y primaria que trabajan en 50 escuelas con 15.000 alumnos han recibido capacitación para incorporar el juego en las actividades diarias de los pequeños, con hincapié en cinco esferas: mente, espíritu, cuerpo, salud y cooperación social. Por otra parte, 55 entrenadores de clubes deportivos locales han recibido capacitación para relacionarse con los adolescentes mayores y la gente joven mediante los mismos principios de desarrollo infantil, pero con énfasis en el balonmano, el baloncesto, el fútbol, el voleibol y el atletismo.
- En **Colombia**, el proyecto Fútbol para la Paz es una alianza entre la Oficina del Alto Comisionado para la Paz, el Programa Colombia Jóven, los ministerios gubernamentales y el sector privado. En la actualidad, están rehabilitando espacios públicos y convirtiéndolos en campos de fútbol con el objeto de promover la tolerancia y la resolución de los conflictos. El proyecto contribuye a que las comunidades comprendan que los niños y las niñas, incluidos los combatientes y ex combatientes, tienen derechos y ningún menor debe ser marginado. Para promover la equidad entre los sexos, niños y niñas juegan en el mismo equipo. Ningún

gol cuenta, a menos que una niña haya tocado el balón. Alrededor de 20.000 niños, niñas y adolescentes entre los 11 y los 22 años, y 5.000 entrenadores de 50 municipios, participan este año en el proyecto Fútbol para la Paz. Se calcula que estos mensajes de paz llegan a más de 50.000 personas en Colombia.

- Once años de conflicto han afectado a todas las comunidades de **Sierra Leona**, produciendo el desplazamiento de más de la mitad de la población, un grave deterioro de la actividad económica y la destrucción de gran parte de la infraestructura. En el distrito de Kono, una de las zonas más devastadas del país, los programas deportivos y recreativos, además de otras actividades, se utilizan para ayudar a reconstruir la vida de los repatriados, las víctimas del desplazamiento interno y las comunidades. Como parte de la solución propuesta por el UNICEF para lograr la reintegración a las comunidades, la organización no gubernamental Derecho del Niño a Jugar y otros organismos, entre ellos el Comité Internacional de Rescate y Enfants Réfugiés du Monde, han capacitado a 14 entrenadores principales que, a su vez, han capacitado a más de 100 entrenadores y maestros de ese distrito. La mayoría de los entrenadores dirigen las actividades de por lo menos 1.400 menores, cuatro veces a la semana. Maestros con la preparación adecuada y/o entrenadores voluntarios se desempeñan en escuelas que cubren una población superior a los 5.000 niños y niñas.
- En los **Territorios Palestinos Ocupados**, la inseguridad y las restricciones para movilizarse significan que los niños y los jóvenes tienen menos oportunidades de aprender, jugar, socializar y participar en actividades sociales y culturales. Ciento cincuenta y seis escuelas de seis distritos utilizan el fútbol, el voleibol, el baloncesto, las carreras y el tenis de mesa para dar oportunidades de recreación en un ambiente seguro a más de 5.500 niños y adolescentes entre los 12 y los 17 años. Entrenadores especialmente capacitados ayudan a los jovencitos a canalizar el estrés y la frustración a través del deporte, a expresar sus opiniones y a intervenir en el desarrollo de sus comunidades. Las reuniones del consejo estudiantil combinan la organización de una jornada deportiva para los adolescentes y sus padres con la planeación y puesta en ejecución de proyectos para introducir mejoras en las comunidades.

Los deportes también se relacionan con la Iniciativa de Ciudades Amigas de los Niños en esos seis distritos. Uno de los objetivos es establecer “zonas seguras para jugar” en terrenos comunitarios especialmente reservados para actividades recreativas. Los representantes son niños y jóvenes entre los 12 y los 16 años que han sido elegidos a los consejos infantiles municipales en todas esas ciudades “amigas de los niños”.

“Me encanta el fútbol. Aprendí a jugarlo mirando a las grandes estrellas, como George Weah. Me fascina verlo hacer pases y anotar goles. Quiero ser como George. Un profesional. Incluso quiero llegar a ser más grande que él. Quisiera ser el mejor jugador del mundo. Pero antes, necesito un entrenador.”

“Cuando me reúna con mi familia... quiero volver a la escuela. Deseo empezar a estudiar. Sé que es muy importante saber leer y escribir y otras cosas. Estoy seguro de que eso me ayudaría a jugar fútbol todavía mejor.”

David, soldado desmovilizado de 12 años, de Monrovia, Liberia



El equipo para los niños

AA.C. Milan
A.S. Roma
Academia Suiza para el Desarrollo
ACNUR (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados)
Agencia Suiza para el Desarrollo y la Cooperación
Alliance of Youth Chief Executive Officers
America SCORES
AusSport
Australian Sports Commission
CARICOM (Comunidad del Caribe)
Centers for Disease Control and Prevention in the United States
ChampionsWorld
Columbia University, Mailman School of Public Health
Comité Internacional Paraolímpico
Comité Olímpico de Noruega y Confederación de Deportes
Comité Olímpico Internacional
Commonwealth Games Canada
CONCACAF (Confederation of North, Central American and Caribbean Association Football)
Confederación Asiática de Fútbol
Confederación de Deportes de los Países Bajos/Comité Olímpico de los Países Bajos
CONMEBOL (Confederación Sudamericana de Fútbol)
Consejo Asiático de Críquet

EduSport Foundation
FC Barcelona
Federación Internacional de Badminton
Federación Internacional de Montañismo
Federación Internacional de Remo
Federal Office of Sports Magglingen (Suiza)
Fédération Internationale de Volleyball
Feyenoord
FIFA (Fédération Internationale de Football Association)
Fondo de las Naciones Unidas para la Colaboración Internacional
Fondo de Población de las Naciones Unidas
Fundación Johann Cruyff
Global Forum
Global Sports Partners
International Council of Sport Science and Physical Education
International Olympic Truce Foundation
International Student Football Federation
Jetix – Jetix Kids Cup
Johns Hopkins University, Center for Communication Programs, Bloomberg School of Public Health
Kalusha Foundation
Kicking AIDS Out!
Laureus Sport for Good Foundation
Major League Baseball
Manchester United
Mathare Youth Sports Association
Miles & Associates (Sudáfrica)
Movimiento Mundial el favour de la Infancia:



BRAC, CARE, ENDA Tiers Monde, Latin American & Caribbean Network for Children, NetAid Foundation, Plan International, Save the Children, UNICEF, World Vision, the Alliance of Youth CEO's (observadores) and Oxfam (observadores) National Basketball Association (EEUU) National Sports Council of Zambia NCDO (Netherlands Development Cooperation) Nickelodeon Northeastern University Center for the Study of Sport in Society (EEUU) Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito Oficina del Asesor Especial del Secretario General de las Naciones Unidas sobre el deporte para el desarrollo y la paz OlymPeace Olympiacos ONUSIDA (Programa Conjunto de las Naciones Unidas para el SIDA) Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura Organización Internacional del Trabajo Organización Mundial de la Salud Play Soccer Playing for Peace Porto President's Council on Physical Fitness and Sports (EEUU)

Programa de Educación, Deporte y Promoción de la Actividad Física de Tanzania Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Programa del Medio Ambiente de las Naciones Unidas Real Madrid Red Deporte Right To Play SCORE (Sports Coaches' OutReach) Soccer for Peace Special Olympics Sport for All Sport in Action Sport Sans Frontières Sporting Goods to Go streetfootballworld TRAFFIC Truce International UK Sport University of Toronto US Soccer Foundation Valencia C.F. Voluntarios de las Naciones Unidas Women's Sports Foundation World Federation of the Sporting Goods Industry World Sport Football Ltd. Youth Education through Sport YWCA (Young Women's Christian Association)

El UNICEF, en sus esfuerzos para asegurar el derecho al juego de todos los niños y las niñas, colabora con varios aliados a nivel mundial, regional, nacional y comunitario, entre ellos los Comités Nacionales pro UNICEF y empresas privadas. Colaboramos estrechamente con varios programas, fondos y organismos del sistema de las Naciones Unidas, con gobiernos nacionales y municipales, con federaciones deportivas internacionales e internacionales, organizaciones deportivas y asociaciones bilaterales, con organizaciones no gubernamentales, con los medios de comunicación y con los propios jóvenes, no sólo para distribuir mensajes importantes, movilizar a las comunidades y obtener recursos, sino también como aliados en programas para asegurar el desarrollo a largo plazo.

... y otras.





COMUNICAR EL MENSAJE

Por su enorme capacidad de convocatoria local, municipal y nacional, las actividades deportivas son un poderoso instrumento de comunicación y una magnífica oportunidad para transmitir mensajes importantes. Los deportes se relacionan estrechamente con el potencial humano, el esfuerzo y la consecución del éxito, y tienen la facultad de emocionar y levantar el ánimo. Gracias al Internet y a los medios de información, mucha más gente que antes ve y escucha los eventos deportivos, o lee sobre ellos. Entre los mecanismos de difusión de los mensajes están los anuncios radiales y televisivos, los vídeos y pancartas en los estadios, las funciones durante los intermedios, las publicaciones y los vínculos en páginas Web de deportes.

Es esencial aprovechar la capacidad del deporte para lograr progresos tangibles entre los menores, especialmente entre aquellos cuya situación es más desventajosa. Esto incluye recaudar fondos para apoyar programas infantiles y juveniles, y recurrir al sentido de la responsabilidad social de las empresas. Trabajar con patrocinadores de eventos deportivos es un mecanismo adicional para movilizar recursos y difundir mensajes relacionados con los derechos de la infancia.

Actividades mundiales

- La Fédération Internationale de Football Association (FIFA) no solo concientiza sobre los derechos de la niñez durante sus eventos mundiales, sino que también alienta a sus 205 Asociaciones Nacionales de Fútbol para que apoyen los programas del UNICEF. La alianza entre el UNICEF y la FIFA ha dado por resultado una colaboración permanente entre las oficinas del UNICEF y las Asociaciones Nacionales de Fútbol de más de 70 países, de los cuales muchos ya han formado alianzas a largo plazo.

El UNICEF se asoció inicialmente con la FIFA para promover la campaña “Decir sí por los niños y las niñas” durante la Copa Mundial Corea/Japón de 2002, que vieron más de 1.000 millones de personas en todo el mundo. En 2003, la Copa Mundial de Mujeres de la FIFA se jugó en los Estados Unidos y se dedicó a la iniciativa mundial del UNICEF “¡Vamos, Niñas! Educación para toda la Infancia”, cuyo objetivo es lograr que se incorporen a las escuelas de todo el mundo 65 millones de niñas que no están estudiando. La campaña se presentó durante el campeonato a través de anuncios en los estadios, vídeos, páginas Web y programas de los encuentros.

En 2003, la Copa Mundial de Mujeres de la FIFA también fue escenario de un foro de expertos sobre educación y género, y se establecieron nuevas alianzas para garantizar que las niñas no se limiten a hacer deporte, sino que también se eduquen. El Campeonato Mundial de Fútbol Femenino Sub-19 de 2004 transmite el mismo mensaje. En 2004, la FIFA y el UNICEF también instarán a la comunidad mundial a reconocer el poder del fútbol para sanar a las familias y construir sociedades pacíficas. Y en el 2006, la Copa Mundial de la FIFA se dedicará a la creación de un mundo apropiado para la infancia.

- Durante los Juegos olímpicos de invierno de Salt Lake City en febrero del 2002, la Secretaría General de Naciones Unidas, el UNICEF y otros líderes mundiales participaron en una mesa redonda organizada por Ayuda olímpica (ahora Derecho a jugar). Derecho a jugar también está organizando dos mesas redondas sobre el rol del deporte en la prevención del SIDA y los esfuerzos para la paz durante Atenas 2004.



El UNICEF colaboró con el Comité Organizador de los Juegos Olímpicos de Atenas en el Campamento Olímpico Juvenil, destinado a educar y movilizar a más de 400 jóvenes atletas representantes de todos los países. Esos jóvenes, que aprenderán a manejar su capacidad de liderazgo y su talento deportivo para mejorar la situación de los niños y los adolescentes en sus países, se graduarán como “Campeones de la Infancia” y formarán una red de portavoces juveniles para el UNICEF.

Actividades regionales

- El UNICEF ha establecido una alianza con CONMEBOL, el organismo regional del fútbol en Sudamérica. La Copa América de 2004 está dedicada al UNICEF con el lema “¡Con los niños, sí se gana!” Por medio de la promoción y la recaudación de fondos, aliados deportivos, el sector privado y el UNICEF colaborarán para prestar apoyo a programas para el desarrollo de la primera infancia en el Perú. El mensaje es que los niños y las niñas necesitan desarrollar su fortaleza física y emocional al comienzo de la vida para luego ser buenos futbolistas a una edad más avanzada. Actividades en estadios, emisiones de radio y televisión y otros actos extradeportivos contribuyen a la difusión del mensaje.
- En junio del 2004, el UNICEF presentó en Dhaka la campaña “Juego limpio para las niñas”. Uno de los aspectos más importantes de la campaña es la nueva alianza entre el UNICEF y el Consejo Asiático de Críquet. “Juego limpio para las niñas” procura concientizar al público, promover su apoyo y generar recursos en favor de la educación de las niñas en esta región donde hay 46 millones de niños y niñas sin escolarizar y donde muchos menores de edad no participan en juegos ni deportes, y la mayoría son niñas.

Actividades nacionales

- La Primera Carrera Internacional Femenina Contra el SIDA, que se llevó a cabo en el año 2003 con un recorrido de 10 kilómetros por las calles de Nairobi, **Kenya**, fue el primer evento organizado por y para las mujeres de África con el objeto de crear conciencia sobre esta enfermedad. Esa actividad deportiva benefició a las mujeres y a los niños de Kenya afectados por el VIH/SIDA, y fue presidido por la Primera Dama del país, Lucy Kibaki, con el respaldo del Presidente Mwai Kibaki y varios ministros del gobierno. El Presidente desafió a los hombres que presenciaban la carrera diciendo: “...tomen la decisión hoy mismo de no propagar el SIDA. Si no lo hacen ahora, no son verdaderos hombres.” En la carrera participaron más de 10.000 niñas y mujeres mayores de 14 años, junto con Catherine Ndereva, medallista de oro en maratón, y Edith Masai, medallista de bronce, ambas de Kenya.
- “Detengamos Juntos el SIDA” fue el eslogan del Campeonato Georgiano de Fútbol Infantil y Juvenil Copa Presidente 2003, organizado por el UNICEF y el ONUSIDA con apoyo del Grupo Temático de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA. Participaron cerca de 45.000 niños y niñas de todas las regiones de **Georgia**, con edades comprendidas entre los 12 y los 15 años. Fue la primera vez que las niñas jugaron. El objetivo del campeonato, que se inició en el 2001, es promover un estilo de vida saludable y evitar que los jóvenes adquieran hábitos nocivos.

Acompañados por conocidos cantantes pop, los miembros de los grupos especiales de lucha contra el VIH/SIDA viajaron a lo largo y ancho del país para asistir a los campeonatos de fútbol y dirigir sesiones educativas sobre el VIH/SIDA entre los jugadores y sus hinchas. En las 12 regiones de Georgia, 40 equipos de futbolistas entre los 12 y los 15 años lucieron camisetas con mensajes alusivos al VIH/SIDA. Los árbitros y los aficionados también utilizaron chaquetas especiales. Los estadios estaban llenos de afiches y pancartas sobre el mismo tema, y los miembros de los grupos especiales repartieron folletos informativos sobre la





prevención de la enfermedad. Durante los partidos de fútbol se realizaron concursos para evaluar el conocimiento de los asistentes sobre el VIH/SIDA.

Atletas y embajadores

Los deportes proporcionan héroes para admirar y modelos positivos de conducta que sirven de inspiración a la gente joven. Al atraer la atención del público, esos campeones atraen la atención del mundo hacia las necesidades de la niñez, y lo hacen en sus países o bien participando en proyectos y programas de emergencia en el extranjero. Estas estrellas hacen peticiones directas a quienes tienen el poder de lograr cambios, y usan su talento y su fama para obtener fondos y defender a la infancia.

Los astros deportivos, héroes en sus países, apelan al orgullo cívico y contribuyen al patrimonio nacional. Visitan escuelas y clubes juveniles y llevan a la siguiente generación mensajes importantes para la salud. En los programas más exitosos, los atletas refuerzan en repetidas visitas a las escuelas temas clave para la salud o el derecho de la niñez.

Entre los Embajadores de Buena Voluntad del UNICEF de todo el mundo hay ex campeones olímpicos, campeones mundiales, futbolistas y otros atletas, como las estrellas del fútbol internacional Oliver Bierhoff (Alemania), Quinton Fortune (Sudáfrica), Ole Gunnar Solskjaer (Noruega), Francesco Totti (Italia) y George Weah (Liberia); el medallista de oro olímpico Johann Olav Koss, y futbolistas del AC Milán, Feyenoord, Manchester United y Real Madrid. Esas personas donan su tiempo y su prestigio para llamar la atención sobre las dificultades que enfrenta la infancia de todo el mundo.

- Por medio de sus actividades de recaudación de fondos y promoción en Italia, A.C. Milán y la Fondazione Milán han promovido los programas de inmunización de Francia por medio de programas de televisión, subastas en Internet, promoción en las escuelas y otras actividades. Piacenza Calcio también utiliza sus recursos para apoyar programas infantiles. Y en Roma, el libro de Francesco Totti ha recaudado hasta la fecha 270.000 euros para el UNICEF.
- El Real Madrid y el UNICEF se han unido en una alianza para aprovechar el poder del fútbol, utilizando la buena voluntad de ambas organizaciones para ayudar a la infancia. La alianza, "Derecho a jugar", se concentra en actividades nacionales e internacionales de recaudación de fondos y comunicación.

DAÑOS POTENCIALES

Los efectos negativos de los deportes no se pueden omitir. El deporte puede conducir al elitismo y a la exclusión, consumo excesivo de alcohol y abuso de las drogas. Puede conducir a una competitividad excesiva y al nacionalismo que puede más tarde dividir comunidades y naciones. Existe siempre el riesgo potencial del dopaje, el engaño, corrupción y violencia. Los beneficios del deporte, sin embargo, son mucho mayores que estas potenciales consecuencias negativas.

REFERENCIAS

La mayoría de los estudios que se utilizaron para este informe se realizaron en los Estados Unidos. Existen pocos datos en los países en desarrollo sobre los beneficios del deporte, la recreación y el juego. No obstante, en los Estados Unidos se han llevado a cabo numerosos estudios sobre este tema, de los cuales algunos fueron seleccionados para esta publicación. Debido a que el deporte es considerado cada vez más como un instrumento poderoso para el desarrollo, se está trabajando en la recopilación de resultados de investigación y en la evaluación de programas deportivos del mundo entero.

- 1 Women's Sports Foundation, *The Women's Sport Foundation Report: Sport and Teen Pregnancy*, Nueva York, 1988.
- 2 La campaña Decir sí por los niños y las niñas forma parte del Movimiento Mundial en favor de la Infancia, cuyo Comité Fundador incluye BRAC, CARE, ENDA Tiers Monde, Latin American and Caribbean Network for Children, NetAid Foundation, Oxfam, Plan, Save the Children, UNICEF, World Vision y Alliance of Youth Chief Executive Officers.
- 3 Organización Mundial de la Salud, Estrategia mundial sobre la dieta, la actividad física y la salud, Hoja de datos sobre actividad física, 2003, OMS, *Informe sobre la salud en el mundo 2002*
- 4 Administration for Children and Families, *Early Head Start Benefits Children and Families: Research Brief*, ACF, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Washington, D.C., junio 2002.
- 5 Tomson, L.M. et al., "Childhood Depressive Symptoms, Physical Activity and Health Related Fitness", *Journal of Sports & Exercise Psychology*, vol. 25, no. 4, diciembre de 2003, p. 419.
- 6 Women's Sports Foundation, *The Women's Sports Foundation Report: Health Risks and the Teen Athlete*, Nueva York, 2000.
- 7 Bush, L. et al., "Functions of Sport for Urban Middle School Children", documento presentado durante la 109 Convención Anual de la Asociación Psiquiátrica Americana (APA), San Francisco, California, agosto de 2001.
- 8 Jarrett, O.S. et al., "Impact of Recess on Classroom Behaviour: Group effects and individual differences", *Journal of Educational Research*, vol. 92, no. 2, noviembre/diciembre de 1998, pp. 121-126.
- 9 Shephard, R. y Lavelle, R., 1994, citado en el documento del Consejo Internacional para la Ciencia del Deporte y la Educación Física, que fue presentado durante la Tercera Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios encargados de la Educación Física y el Deporte, Punta del Este, Uruguay, 3 de diciembre de 1999.
- 10 Barber, B.L., Eccles, J.S. y Stone, M.R., "Whatever Happened to the Jock, the Brain, and the Princess?": Young adult pathways linked to adolescent activity involvement and social identity", *Journal of Adolescent Research*, vol. 16, no. 5, septiembre de 2001, pp. 429-455.
- 11 Women's Sports Foundation, obra citada.

Imagery credits: (Cover) © UNICEF/HQ03-0012/Noorani; (Opening spread) © UNICEF/HQ93-0127/LeMoyné; (Foreword) © Right To Play; (Opposite page 1) © UNICEF Cambodia/2004/Yeo; (Page 3): © UNICEF/HQ99-1100/LeMoyné; (Pages 4-5): © UNICEF/HQ98-0714/Balaguer; (Page 5) © UNICEF/02/SD/002/Solholm; (Page 6) © UNICEF/HQ92-2022/LeMoyné; (Page 7) © UNICEF/HQ00-0369/Balaguer; (Pages 8-9) © UNICEF/HQ98-0383/LeMoyné; (Page 10) © UNICEF Djibouti/2004/Pirozzi; (Page 11) © UNICEF/HQ03-0234/Andrade; (Page 13) © UNICEF/HQ99-0136/Pirozzi; (Pages 14-15) © UNICEF/HQ94-0851/Charton; (Page 18) © UNICEF/HQ03-0363/Vitale; (Page 19) © UNICEF/HQ99-0458/Pirozzi; (Page 21) © UNICEF/HQ01-0445/Versiani; (Pages 22-23 from left): © UNICEF/HQ00-0369/Balaguer; © UNICEF/HQ95-0720/Balaguer; © UNICEF/HQ95-0400/Barbour; © UNICEF/HQ99-0458/Pirozzi; © Annabel Haslop/South Africa; (Page 24) © Jetix Kids Cup 2004/Paul Atherton; (Page 25) © UNICEF/HQ95-0400/Barbour; (Page 26) © UNICEF/HQ04-0059/Nesbitt; (Page 27) © Netherlands Committee for UNICEF/2004.

“El deporte desempeña un papel importante en la mejoría de la vida de los individuos...más aún, en la mejoría de la vida de las comunidades. Estoy convencido de que ha llegado el momento de aprovechar este conocimiento para alentar a los gobiernos, a los organismos de desarrollo y a las comunidades a idear maneras de incluir el deporte más sistemáticamente en los proyectos de ayuda a la niñez y, en particular, a los menores víctimas de la pobreza, la enfermedad y el conflicto.”

Kofi Annan, Secretario General de las Naciones Unidas.



Fondo de las Naciones Unidas
para la Infancia
División de Comunicaciones
3 United Nations Plaza
Nueva York, NY 10017
Estados Unidos

pubdoc@unicef.org
www.unicef.org/spanish

© Fondo de las Naciones Unidas
para la Infancia (UNICEF)

Agosto 2004