

## JUSTIFICACIÓN

### **La Palma-Palmilla**

El distrito Palma Palmilla de Málaga es una de las zonas más desfavorecidas de la ciudad de Málaga e incluso de Andalucía. Es un área que ha experimentado un rápido desarrollo en las últimas décadas.

Se trata de una zona con índices de desempleo más altos en comparación con otras partes de la ciudad, un 50% de sus vecinas y vecinos están en situación de desempleo. También ha enfrentado desafíos en términos de vivienda y condiciones de vida para algunos residentes. Uno de los principales problemas del barrio es la droga y también los conflictos cotidianos, que a raíz de estas situaciones se generan.

Tanto el desempleo como el fracaso escolar y familiar así como la ausencia de expectativas en el futuro, se consideran causas de la marginación y la dificultad de integración de estas comunidades llamadas “en crisis” (Balibrea, Santos, y Lerma, 2002). También cabe destacar que el distrito alberga una población diversa, con una mezcla de culturas y comunidades.

La población infanto-juvenil de estos barrios son el futuro, un futuro necesario que es necesario impulsar y potenciar para generar cambios que permanezcan en el tiempo.

### **El deporte**

El deporte además de contribuir a la salud física y mental de las personas, también es un medio para transmitir y afianzar valores positivos entre la población y un medio de inclusión social.

La práctica deportiva hace que se ocupe el tiempo libre de una manera sana, desplazando otro tipo de acciones menos saludables que pueden abarcar demasiado tiempo en la cotidianidad de poblaciones vulnerables. El deporte conlleva el poner en marcha actividades con una serie de reglas y normas que implican el seguimiento de una disciplina. Esta disciplina experimentada y entrenada en la práctica deportiva puede extrapolarse a otras áreas de la vida (Balibrea et al., 2002; Bravo y Escobar, 2013), redundando en una mejora a nivel ocupacional y social de la persona.

Del mismo modo, el deporte genera la adquisición y transmisión de valores muy importantes para el desarrollo educativo y social, como lo es el esfuerzo y la perseverancia. También, la justicia y la responsabilidad a la hora de comprometerse con una práctica deportiva concreta y unos compañeros de juego.

#### **¿Por qué el baloncesto?**

El baloncesto, dentro de otros deportes, puede ser un deporte beneficioso para la salud mental y física por varias razones:

- **Actividad Física:** El baloncesto es un deporte que implica movimientos intensos y variados, como correr, saltar, girar y lanzar. Estas acciones contribuyen al

desarrollo de la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la coordinación y la agilidad.

- **Ejercicio Aeróbico:** Jugar al baloncesto implica un ejercicio aeróbico constante, lo que puede ayudar a mejorar la salud cardiovascular. El ejercicio aeróbico está asociado con la liberación de endorfinas, neurotransmisores que actúan como analgésicos naturales y generan una sensación de bienestar.
- **Trabajo en Equipo:** El baloncesto es un deporte de equipo que fomenta la colaboración y la comunicación. Jugar en equipo puede fortalecer las habilidades sociales y emocionales, promoviendo la empatía, la cooperación y la construcción de relaciones.
- **Estrategia y Táctica:** El baloncesto requiere pensamiento estratégico y toma de decisiones rápidas. Participar en el juego requiere de habilidades cognitivas, fomentando la atención sostenida, selectiva, así como la toma de decisiones.
- **Socialización:** Jugar al baloncesto en equipos o en ligas locales proporciona oportunidades para conocer nuevas personas, construir amistades y formar parte de una comunidad. La interacción social es esencial para la salud mental.

Por los beneficios que puede conllevar la práctica del baloncesto y por las necesidades que se detectan en la población infantil-juvenil del barrio de La Palma-Palmilla en Málaga, se justifica el proyecto que aquí se presenta.

## OBJETIVOS

- **Promocionar estilos de vida saludables y mejorar la calidad de vida percibida con la práctica deportiva.** Se pretende poder ofrecer actividades deportivas, como la práctica del baloncesto que pueda ocupar el tiempo libre de la población infanto-juvenil del distrito de la Palma-Palmilla, reduciendo la inactividad o la práctica de otras acciones no saludables.
- **Fomentar la inclusión y comunicación social entre la población infanto-juvenil del distrito Palma-Palmilla.** Generar un espacio de inclusión social basado en el respeto a la diversidad en el que tengan cabida todos/as los/as niños/as y jóvenes que deseen practicar el baloncesto.
- **Fomentar la inclusión de las niñas y mujeres en el deporte.** Creando un espacio seguro donde impulsar la práctica deportiva en igualdad y respeto.
- **Llevar a cabo un proceso de adquisición y transmisión de valores fundamentales, como el esfuerzo, el respeto y la cooperación.** Dentro de la actividad deportiva del baloncesto, donde se deben seguir una serie de reglas y es necesario un trabajo en equipo, se pretende que esta población pueda adquirir una serie de valores que puedan extrapolarse a diferentes aspectos de su vida cotidiana.

## DESARROLLO DEL PROYECTO

Con este proyecto se pretende iniciar actividades deportivas regladas, en concreto creando equipos de **baloncesto** para una población infantil de 5 a 16 años en el distrito Palma Palmilla, incidiendo en la población femenina. Estos equipos tendrán sus entrenamientos en horario de tarde (Lunes a Viernes) en las instalaciones deportivas que dispone la Junta de Distrito (Espacio Jorge Macías) y/o en los centros escolares de la zona. Además, participarán en las competiciones de los Juegos deportivos Municipales los fines de semana.

Además, se realizarán diferentes actividades para fomentar el deporte en los colegios y para dar a conocer esta iniciativa.

## PLANIFICACIÓN

**Abril-Junio 2024.** Contacto con los colegios y asociaciones del barrio para dar a conocer la iniciativa de creación de diferentes equipos de baloncesto. Desarrollo de diferentes actividades lúdicas-deportivas en los diferentes colegios.

**Septiembre 2024.** Inscripciones por parte de los/as niños/as y jóvenes. Administración de instrumentos de valoración. Organización de equipos y horarios.

**Octubre 2024-Junio 2025.** Entrenamientos de los diferentes equipos y participación en diferentes ligas municipales.

**Junio 2025.** Desarrollo de jornadas lúdico-deportivas

## EXPERIENCIA DOCENTE

Este proyecto se enmarca de los proyectos de **Aprendizaje-Servicio**

Este tipo de proyectos se han usado ampliamente en la educación superior para abordar contenidos y desarrollar competencias.

El aprendizaje-servicio (AS) es una estrategia educativa en la que los estudiantes desarrollan un programa comunitario (Overton et al., 2009), que aborda las necesidades identificadas de los miembros de la comunidad con el propósito de aprender a escuchar a la comunidad y empoderar a las personas (Hart, 2015; Maloney & Griffith, 2013).

En el AS, los/as estudiantes tienen la oportunidad de experimentar la comunidad desde dentro, a través del punto de vista único de una persona con diferentes experiencias, [8].

El AS se basa en el supuesto de que dentro de esta experiencia comunitaria los estudiantes asumen la responsabilidad y desarrollan las habilidades en el propio trabajo

con miembros de la comunidad, lo cual contribuye al desarrollo interpersonal de los estudiantes y a su tolerancia a la diversidad (Eyler y Giles, 1999). Por esta razón, tanto los/as estudiantes como las personas de dichas comunidades se benefician recíprocamente.

#### Vinculación con Trabajos Fin de Grado

---

Este proyecto se pretende que pueda servir para el desarrollo de trabajos fin de Grado de diferentes grados de salud, como el grado de terapia ocupacional. Dentro de los nuevos planes de estudios de dichos grados de salud, se contempla la consecución de objetivos de desarrollo sostenible que también estarán alineados con las competencias a adquirir en los TFG. Entre los que se destacan:

- **ODS 3. Salud y Bienestar.** Promover la salud y prevenir la discapacidad, adquirir o recuperar el desempeño ocupacional necesario en cada etapa del ciclo vital para lograr la independencia y autonomía en las áreas de desempeño ocupacional de aquellas personas en etapa infantil/juvenil con diferentes alteraciones con limitación en la actividad o en su participación ocupacional.
- **ODS 10. Reducir la desigualdad en y entre los países.** Fomentar la conciencia y el compromiso para reducir las desigualdades, promoviendo la colaboración y la solidaridad entre comunidades diversas, evitando la privación ocupacional significativa.
- **ODS 5. Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas.** Promover la igualdad de género en la práctica de la terapia ocupacional, tomando conciencia de género, analizando las barreras y diseñando intervenciones inclusivas.

Por tanto, este proyecto podrá vincularse al Trabajo Fin de Grado a diferentes alumnas/os de Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Enfermería y Podología, ofreciendo un marco pedagógico muy enriquecedor para

#### INDICADORES DE RESULTADOS

Para la consecución de los objetivos, se necesitará contabilizar:

- El número de niños/as y jóvenes miembros de los diferentes equipos creados, así como participantes de las actividades lúdica- deportivas generadas.
- El número de niñas y mujeres participantes.
- El número y tipo de actividades generadas y equipos de baloncesto creados.

#### A nivel personal

En relación a los objetivos, planteamos aquí los indicadores de resultado de este proyecto antes y después de la propia experiencia, la administración de diferentes instrumentos de medida, así como un registro observacional de diferentes conductas y comportamientos entre la población infanto-juvenil.

- El cuestionario de **Calidad de Vida Relacionada con la Salud (CVRS) en Población Infantil y Adolescente Revisado Kindl** (Rajmil et al., 2004) contiene 24 preguntas distribuidas en seis dimensiones: bienestar físico, bienestar emocional, autoestima, familia, amigos y colegio. Las respuestas del Kindl se recogen en escala Likert de cinco categorías. Las preguntas hacen referencia a la semana anterior a la entrevista y las puntuaciones obtenidas a partir de las medias de cada dimensión se transforman a una escala de 0 a 100 puntos, donde una mayor

puntuación representa mejor CVRS. Es posible obtener una única puntuación total o índice global de CVRS a partir de las medias de las seis dimensiones.

#### Registro observacional

- Se registrarán el número de incidencias que puedan darse en el desarrollo de las actividades, entrenamientos y partidos.
- El nivel de implicación y asistencia a los entrenamientos y partidos de los participantes.

#### Sesión final de evaluación con los diferentes participantes:

- A través de grupos focales, se pretenderá conocer el grado de satisfacción con el proyecto en términos de cumplimiento de expectativas y de bienestar general
- Se comentarán con los participantes los incidentes detectados y las soluciones provistas.
- Cambios en el equilibrio ocupacional de los participantes y su relación con la salud, complementando el instrumento de evaluación de calidad de vida relacionada con la salud.

#### A nivel social

- **Repercusión a nivel social del barrio en redes sociales.** Dando a conocer el Distrito de La Palma-Palmilla, como un distrito implicado con el deporte y asociado a valores como el esfuerzo y la cooperación.

### ENTIDADES QUE IMPULSAN EL PROYECTO

La **Asociación ADAS** (Agitando el Debate para la Acción Social) desarrollará este proyecto en el distrito Palma Palmilla. Se encargará de la gestión y organización del mismo. Las entidades colaboradoras serán apoyo técnico y formarán parte de la comisión técnica para el buen desarrollo del proyecto.

Entidades colaboradoras:



- **Club deportivo Puerta Oscura.** Este club lleva trabajando más de 10 años para mejorar las propuestas de actividades físicas en Málaga desde 2012. Esta entidad colaborará estrechamente en la dinamización de proyecto. Se trata de un Club situado en las instalaciones del Instituto Jardines del Puerta Oscura (Barrio Bailén-Miraflores) que cuenta con casi 500 jugadores/as, 25 equipos y más de 25 técnicos deportivos centrados en el baloncesto y voleibol. Tiene una amplia trayectoria en la organización y entrenamiento de equipos de baloncesto con jugadores que van desde equipos baby a partir de los 5 años, premini-basket, mini-basket, pre-infantil e infantil, cadetes, y senior, siempre apostando por el respeto y la igualdad entre géneros.

- **INCIDE**, entidad muy importante y reconocida en Málaga que tiene una amplia experiencia en el fomento de la inclusión y participación ciudadana en la ciudad de Málaga.

## RECURSOS NECESARIOS

- **Instalaciones:** Pistas deportivas del distrito Palma palmilla (pendiente de concreción de uso), IES Jardines de Puerta Oscura o algún centro escolar de la zona.
- **Materiales:** Se deberán adquirir todos aquellos materiales fungibles para la realización de los talleres pertinentes tales como: Balones de baloncesto, así como material para entrenamiento: Conos, picas, petos, aros, combas. Del mismo modo, será necesario camisetas y equipaciones para los participantes y para los organizadores
- **Recursos humanos.** Se requerirá un coordinador del proyecto y 2 monitores deportivos como mínimo para poder gestionar y desarrollar todas las actividades. Asimismo, el alumnado será crucial para administrar las herramientas de evaluación y las sesiones de evaluación final, así como para ayudar en el desarrollo de las actividades, el trato con los/as niños/as y jóvenes y con sus familias.

## SOLICITUD A LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

Se solicita a la Universidad de Málaga su colaboración en este proyecto como institución clave en Málaga por la prioridad para impulsar el deporte en barrios como La Palma-Palmilla, ofreciendo a su alumnado experiencias de trabajo real donde desarrollar competencias relacionadas con la salud y bienestar de las poblaciones, la inclusión social en un contexto diverso y la igualdad entre los géneros.

Se solicita su aportación en términos de colaboración económica para sufragar los gastos derivados de las actividades deportivas que aquí se indican. Son numerosos los gastos que requiere este tipo de actividades y se solicita participación de varias entidades para que pueda hacerse realidad. Del mismo modo, se solicitan recursos humanos relacionados con el ámbito deportivo para implementar estas actividades, como monitores o personal de administración que puedan ayudar a la organización.

## Referencias

- Balibrea, E., Santos, A., & Lerma, I. (2002). Actividad física, deporte e inserción social: un estudio exploratorio sobre los jóvenes en barrios desfavorecidos. *Apunts. Educación física y deportes*, 3(69), 106-111.
- Bravo, N., y Escobar, S. (2013). El deporte como medio de inclusión en condiciones de vulnerabilidad. (Trabajo Fin de Grado). Institución de Ciencia y Tecnología, Universidad del Valle, Cali, Colombia
- Eyler J, Giles DE. Where's the learning in service learning? San Francisco (CA): Jossey-Bass; 1999.
- Maloney, S. M., & Griffith, K. (2013). Occupational Therapy Students' Development of Therapeutic Communication Skills During a Service-Learning Experience. *Occupational Therapy in Mental Health*, 29(1), 10-26. <https://doi.org/10.1080/0164212X.2013.760288>
- Overton, A., Clark, M., & Thomas, Y. (2009). A Review of Non-Traditional Occupational Therapy Practice Placement Education: A Focus on Role-Emerging and Project Placements. *British Journal of Occupational Therapy*, 72(7), 294-301.
- Rajmil, L., Serra-Sutton, V., Fernandez-Lopez, J. A., Berra, S., Aymerich, M., Cieza, A., Ferrer, M., Bullinger, M., & Ravens-Sieberer, U. (2004). Versión española del cuestionario alemán de calidad de vida relacionada con la salud en población infantil y de adolescentes: El Kindl. *Anales de Pediatría*, 60(6), 514-521. [https://doi.org/10.1016/S1695-4033\(04\)78320-4](https://doi.org/10.1016/S1695-4033(04)78320-4)