

Manter os/as Jovens Envolvidos

Enunciados de Boas Práticas 14 Fatores

A finalidade do projeto "Manter os/as Jovens Envolvidos" (KYI) é responder à pergunta: "Como é que mantemos os jovens interessados e ligados à atividade desportiva e física?" Vemos que em muitos países europeus muitos dos jovens abandonam a prática desportiva por diversos motivos, quer sejam pessoais, sociais ou ambientais. O projeto está orientado para jovens (dos 12 aos 19 anos) em geral e, especificamente, para os que têm uma situação sócioeconómica menos favorável. É um projeto cofinanciado pela Comissão Europeia, parceria colaborativa, no âmbito do programa Erasmus+ Desporto (2016). O projeto decorreu entre 1 de janeiro de 2017 e 30 de junho de 2019. Para obter mais informações sobre o projeto visite www.keepyoungstersinvolved.eu.

No decorrer do pacote de trabalho 1, foi realizada uma breve revisão da literatura para identificar os fatores que previnem a desistência da prática desportiva por parte dos/as jovens. Estas revisões são uma forma de "síntese do conhecimento na qual os componentes do processo de revisão sistemática são simplificados ou omitidos para produzir informações de forma atempada". Foi desenvolvida uma pesquisa de sintaxe da pesquisa e esta foi inserida nas bases de dados relevantes, resultando em 440 resultados. Destes 440 estudos, foram identificadas três revisões sistemáticas como sendo as mais adequadas para explicar os fatores associados à prevenção do abandono da prática desportiva. Concluída a pesquisa da literatura publicada, a equipa responsável do projeto KYI reuniu toda a literatura cinzenta para apoiar e adicionar à bibliografia reunida. Foram identificados e utilizados dez artigos de literatura cinzenta para apoiar e adicionar à literatura publicada que previamente havíamos encontrado.

No total, foram encontrados praticamente 150 fatores que estavam relacionados com o abandono da prática desportiva por parte dos/as jovens. Foi decidido, pela equipa da KYI, que deveria ser feito um trabalho de concentração nos fatores conhecidos para prevenir o abandono da prática desportiva. Abaixo, é descrito cada fator associado ao abandono da prática desportiva.

Definição do Abandono da Prática Desportiva

A ausência prolongada da prática sistemática e da competição, quer num desporto (abandono específico em relação a um desporto) ou a todos os desportos (abandono geral da prática desportiva).

Descrição dos fatores para prevenir o abandono dos jovens no desporto

14 Fatores

O projeto Erasmus+ Desporto Manter os Jovens Envolvidos desenvolveu Enunciados de Boas Práticas para explicar como poderiam ser trabalhados os fatores que se consideram estar associados à prevenção do abandono da prática desportiva por parte dos/as jovens como parte da experiência desportiva dos jovens. Cada enunciado será acompanhado por exemplos de estratégias que já estão a ser utilizadas por vários clubes em toda a Europa para implementar a boa prática.



Autonomia

Todos os/as jovens devem ter liberdade de escolha nas suas ações, pensamentos e sentimentos relacionados com a sua prática desportiva. Devem ter iniciativa e a possibilidade de controlo da sua vida.



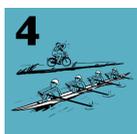
Autoeficácia

Todos os/as jovens devem sentir confiança nas suas capacidades para a realização de tarefas desafiantes ou de tarefas com metas predefinidas. Devem acreditar que têm a capacidade de realizar uma tarefa específica ou gerir uma situação desafiante.



Sentimento de pertença

Todos os/as jovens devem sentir que fazem parte da equipa/clube. Devem sentir conforto, carinho, aceitação e segurança sobre si mesmos e sentir que fazem parte do clube/equipa.



Clima de aprendizagem

Todos os/as jovens devem receber reforço positivo das pessoas mais próximas (por exemplo: treinadores, colegas, pais) sempre que trabalham arduamente e devem ajudar os outros a aprender através da cooperação. Deve ser reconhecido que a contribuição de cada pessoa é importante para o clube.



Equilíbrio no tempo/objetivos

Todos os/as jovens devem gerir no quotidiano o seu tempo de forma a que seja possível incluir a prática desportiva. Todos os clubes devem organizar atividades em horários adequados e flexíveis e acessíveis para que os jovens possam participar. Os clubes devem procurar ter um equilíbrio entre o tempo exigido para a prática e o nível de participação (recreativos, avançados ou elite) tendo presente o tempo que os/as jovens também necessitam para se dedicarem a outros aspetos da sua vida (escola, amigos).



Custos

Todos os/as jovens devem ter a capacidade de poder suportar os custos envolvidos com a prática desportiva. Todos os clubes devem tentar manter o custo de participação o mais baixo possível para os jovens, a fim de limitar as barreiras financeiras à prática desportiva. Todos os clubes devem pensar oportunidades para os indivíduos que têm barreiras financeiras (ex. inscrição em troca de tarefas no clube em regime de voluntariado).



Expectativas dos jovens

Todos os/as jovens devem perceber o que podem esperar quando praticam desporto num clube. As suas expectativas devem ter em conta os aspetos físicos, sociais e mentais da sua participação. Todos os clubes devem entender como as expectativas dos/as jovens variam em função da sua idade, sexo, cultura e estatuto socioeconómico e atender a estas variações de expectativas e necessidades sempre que possível.



Valores da prática desportiva

Todos os/as jovens devem valorizar a importância e a utilidade da prática desportiva para si próprios. Todos os clubes devem valorizar a importância da participação desportiva para os/as jovens e promover esses valores sempre que possível.



9 Relação Treinador/a-Atleta

Todos os/as jovens e treinadores devem manter uma relação positiva e efetiva, onde esteja presente empatia, honestidade, apoio, amizade, cooperação e respeito.



10 Envolvimento dos pares no desporto

Todos os/as jovens devem ter a oportunidade de ter e de fazer amigos enquanto praticantes desportivos. Devem ser encorajados pelos outros praticantes, não serem gozados ou sentirem-se nervosos e, de modo algum se sentir intimidados quando praticam desporto. Todos os clubes devem oferecer oportunidades para os/as jovens interagirem e fazerem amigos de um modo formal ou informal.



11 Apoio parental

Todos os pais/encarregados de educação devem incentivar os seus filhos a praticar desporto. Todos os pais/encarregados de educação devem providenciar apoio (por exemplo de transporte, equipamento, atividades em conjunto) sempre que possível, para que os jovens possam praticar desporto. Todos os clubes devem apoiar os pais/encarregados de educação, especialmente nas situações em que os/as jovens são mais propensos a abandonar o desporto (por exemplo: grupos vulneráveis).



12 Políticas de retenção

Todos os clubes devem ter uma política de retenção que sensibilize para a prática da atividade física e que se dedique ativamente para a prevenção do abandono desportivo. Todos os clubes devem ser incentivados a utilizar o potencial da prática desportiva ao nível da saúde atendendo à sua modalidade. Todos os/as jovens devem ser embaixadores da participação e do envolvimento contínuo no desporto.



13 Acessibilidade

Todos os/as jovens devem poder aceder às instalações desportivas em segurança e conformidade. Todos os clubes devem facilitar o acesso às suas instalações o mais seguro e conveniente possível para os/as jovens e suas famílias.



14 Tipologia desportiva

Todos os/as jovens devem ter a oportunidade de participar em atividades desportivas de que gostem e devem poder participar no nível que lhes for mais confortável (por exemplo: competição, recreação, etc.). Todos os clubes devem oferecer oportunidades diferentes aos jovens, sempre que possível, e devem ser incentivadas políticas que criem diferentes oportunidades para os/as jovens. Se possível, o clube deve oferecer uma ampla gama de atividades desportivas (por exemplo: clube polidesportivo). De forma a aumentar a oferta desportiva, os clubes devem, se possível, alargar o tipo de modalidades disponíveis.

Para obter mais informações sobre o projeto, visite: www.keepyoungstersinvolved.eu.