

Día Europeo del Deporte Escolar

Guía para organizadores

Creado por la Hungarian School Sport Federation, International Sport and Culture Association, Youth Sport Trust, Fundacja V4SPORT, BG Be Active, The European Physical Education Association en el entorno de ERASMUS+

Traducción al español: Deporte para la Educación y la Salud (www.educacondedeporte.org)

Edición de septiembre 2017

Nuestros Partners



Índice

1. Introducción al Día Europeo del Deporte Escolar	3
2. Roles y Responsabilidades – Educadores.....	5
3. Roles y Responsabilidades – Alumnos	8
4. Conectando Intereses Globales	10
5. Ceremonias de Apertura y Clausura	12
6. Planificación del ESSD para Primaria	14
7. Planificación del ESSD para Secundaria	17
8. Guía de comunicación de los colegios: contacto con los medios	19
9. Guía de comunicación de los colegios: maximizando la cobertura del evento	21
10. Guía para la comunicación de los colegios – Social Media	23
11. Modelo de Comunicado de prensa.....	25
12. Acciones posteriores al ESSD	27
13. Ejemplo de buena práctica	29
Referencias.....	31

1. Introducción al Día Europeo del Deporte Escolar

El Día europeo del deporte escolar (ESSD en sus siglas en inglés) es un día escolar dedicado a divertirse, a jugar juntos, para promover la actividad física y la salud para todos. Se trata de una celebración que ofrece la posibilidad a las escuelas de:

- Potenciar la educación física, la actividad y el deporte en las escuelas
- Crear diversión y disfrute a través de la actividad física para los jóvenes
- Promover la salud y el bienestar en el currículo educativo.
- Incidir en la inclusión social, la ciudadanía global y el desarrollo de la competencia social entre los estudiantes.

El ESSD está abierto a cualquier tipo de actividad física con el objetivo de cumplir con las prescripciones de la OMS (Organización Mundial para la Salud) sobre la actividad física mínima diaria (60 minutos), siendo una oportunidad para conseguir que toda la comunidad educativa rebase el mínimo y sea consciente de que un día activo puede alcanzar fácilmente 90 o 120 minutos de actividad (subiendo escaleras, acudiendo al centro caminando, aprovechando pausas y recreos para movilizarnos, etc.).

El Día europeo del deporte escolar se inspira en el día del deporte de la escuela húngara, evento celebrado desde 2006, se celebró en Hungría, Polonia y Bulgaria el año 2015 y se extendió a todos los países de la Unión Europea en 2016, año en que la participación superó 1,5 millones de alumnos y el evento se convirtió en la acción más relevante de la Semana Europea del Deporte.

¿Cómo hacer uso de esta guía?

Esta guía ha sido diseñada para apoyar a profesores y estudiantes en la organización del Día Europeo del Deporte Escolar (ESSD) en su centro. Proporciona ideas para planificar y preparar el día, actividades durante el día y seguimiento posterior al evento.

En el documento aparecen consejos útiles e ideas de otras escuelas que pueden servir de inspiración.

Un objetivo prioritario del ESSD - más allá de la participación de los estudiantes en la actividad física - es dar a los estudiantes de toda Europa las ideas y la metodología recién desarrollados en forma de una "caja de herramientas" (toolkit) para poder organizar sus propias actividades deportivas. Esta guía también proporciona a los alumnos los recursos necesarios para desarrollar actividades de soporte para organizar sus propios programas de deporte escolar de educación física de manera autónoma.



2. Roles y Responsabilidades – Educadores

En el anexo de esta Guía se halla una tabla que enumera en pocas palabras las posibles tareas y responsabilidades en todos los niveles de interesados en relación con la organización del ESSD.

Herramientas para el ESSD	Alumnos	Profesores	Colegio	Grupos de interés
Planificación	<ul style="list-style-type: none"> ● Crear actividades o material para las mismas (p.e. conos, fabricación de pelotas, etc.). ● Elegir los lugares para la actividad. ● Buscar ideas para motivar a los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fijar los objetivos o el tema central del evento. ● Fijar actividades, lugares y agenda. ● Establecer y organizar los equipos de trabajo (cómo involucrar a estudiantes con diferentes capacidades). ● Apoyar a los alumnos en las tareas asignadas. ● Fijar maneras de motivar a los alumnos. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Apoyar al equipo organizador (p.e. armonizando el ESSD con otros eventos del colegio, informando a los grupos de interés, dando ideas y recomendaciones, etc.). ● Supervisar. 	<p><u>Padres:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ayudar con merchandising, equipamiento o instalaciones. ● Participar como voluntarios. <p><u>Clubes, organizaciones locales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ofrecer instalaciones ● Promover actividades concretas.
Preparación	<ul style="list-style-type: none"> ● Promocionar el evento. ● Elegir los lugares e instalaciones. ● Preparar la evaluación y descripción de las tareas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordinar los diferentes niveles. ● Preparar los equipos y documentación necesaria. ● Finalizar y aclarar el papel de cada estudiante en los diferentes puestos. ● Promocionar el evento entre socios, grupos de interés, etc. ● Organizar la asistencia médica. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Comunicar con los grupos de interés. ● Dar permiso a los estudiantes que participen en la organización para asistir a las reuniones necesarias. ● Utilizar recursos y personal del colegio (p.e. Equipo médico). ● Ayudar para conseguir el equipo necesario para el evento. ● Promocionar el evento dentro del colegio (p.e. haciendo carteles, anuncios en la web, etc.). 	Ver planificación.
Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> ● Participar en el evento. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionar el evento. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Apoyar al equipo organizador. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Participar como ayudante voluntario.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Organizar el evento bajo la supervisión del profesor responsable. ● Realizar vídeos y fotografías del evento. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Comunicar de forma clara y funcional. ● Realizar reuniones antes y después del evento para aclarar las tareas a realizar y extraer conclusiones y aprendizajes. 		<ul style="list-style-type: none"> ● Contribuir con alimentos y bebidas para el día del evento.
Evaluación y Recopilación	<ul style="list-style-type: none"> ● Diseñar cuestionarios. ● Investigar cuáles son las principales conclusiones del evento. ● Hacer seguimiento de las repercusiones del evento. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Preparar un informe para los grupos de interés. ● Ayudar a los estudiantes para que creen su propio dossier de seguimiento del evento. ● Crear cuestionarios y otras investigaciones sobre el evento. ● Coordinar todas las investigaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Expresar ideas y opiniones sobre el evento al comité organizador. ● Implementar las mejores prácticas para otros eventos de la institución. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Expresar opiniones e ideas sobre el evento.
Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> ● Crear informes, artículos y edición de fotografías y vídeos del evento. ● Enseñar a los estudiantes más jóvenes cómo se organiza un evento de estas características. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Preparar informes para los diferentes niveles. ● Obtener opiniones de los grupos de interés. ● Recompensar a los estudiantes participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Incluir información oficial de eventos en los diferentes canales del colegio (página web, RRSS, comunicados, etc.). ● Ayudar a los estudiantes y profesores en la preparación de los diferentes informes (utilización de equipos informáticos, papel del colegio, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Difundir las conclusiones del evento en diferentes canales.

Aunque parece que cada columna tiene un papel totalmente independiente, siempre hay alguien (por ejemplo, un jefe de estudios) que es el máximo responsable del evento. En la mayoría de los casos esta persona es el responsable de educación física (profesor, jefe de departamento, coordinador...), ya que es uno de los mayores expertos en la promoción y organización de actividades físicas y la conciencia de la salud en el centro. Pero teniendo en cuenta que las tareas

pueden llegar a ser muchas y diversas, se recomienda encarecidamente la creación de un grupo organizador o coordinador del evento.



Los centros deben promover el mensaje de la importancia de la actividad física y los estilos de vida saludable. No sólo desde los profesores y departamentos de educación física, sino desde los profesores de diferentes áreas científicas y, por supuesto, desde la dirección. Cuanto mayor sea la implicación del conjunto del centro en el proceso de organización, más exitoso resultará el Día Europeo del Deporte Escolar en el mismo. Conseguir involucrar también a otros miembros de la Comunidad Educativa (la participación de los padres puede maximizar el resultado del evento) y otros grupos de interés (administraciones locales, clubes, asociaciones...) contribuirá notablemente al resultado final.

3. Roles y Responsabilidades – Alumnos

Con el fin de organizar un evento exitoso es fundamental involucrar a los estudiantes en el proceso de organización. El nivel de participación depende de muchos factores: la edad, el conocimiento previo, etapas que incluyen el centro educativo, el entorno escolar y social, práctica pedagógica, etc. En general, se puede afirmar que cuanto más sientan los alumnos la responsabilidad de contribuir a organizar y/o participar en el evento, más exitoso resultará el mismo. Aunque es difícil decir en qué tareas pueden contribuir los alumnos, ya que dependerá de las características del centro ya mencionadas, aquí hay algunos ejemplos y recomendaciones relacionadas con este tema a tener en consideración:

Tareas principales, actividades

PLANIFICACIÓN

- idear nuevas actividades de E.F. y nuevos materiales (balones reciclados, por ejemplo).
- rincones, estaciones para la realización de actividades.
- cómo involucrar a compañeros.

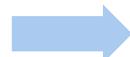


Ejemplos y recomendaciones

Los alumnos disponen de muchas ideas para crear o mejorar actividades. El uso de estrategias indirectas de aprendizaje (como juegos diseñados por los alumnos) nos puede ayudar a crear una buena cartera de actividades y juegos para el ESSD.

PREPARACIÓN

- promocionar el ESSD.
- organizar juegos y lugares.
- preparar tareas de evaluación y comunicación del ESSD en el centro.



El éxito de un evento de este tipo depende principalmente de la experiencia de los participantes, por lo que la promoción y sensibilización es crucial. Los alumnos pueden ayudar mucho en estas tareas con carteles propios y hablando del ESSD a las clases más jóvenes.

Tareas principales, actividades

EJECUCIÓN

- participación en el evento.
- voluntarios de apoyo a las actividades (bajo supervisión del profesor).
- haciendo fotos, vídeos...

EVALUACIÓN Y MONITORIZACIÓN

- apoyo a la creación de cuestionarios.
- participación en investigaciones posteriores al evento.
- participación en recogida de información de seguimiento...

COMUNICACIÓN

- creación de informes, artículos, fotos, vídeos sobre el evento.
- transmisión de directivas de organización a alumnos más jóvenes para que estos puedan también ayudar.

Ejemplos y recomendaciones

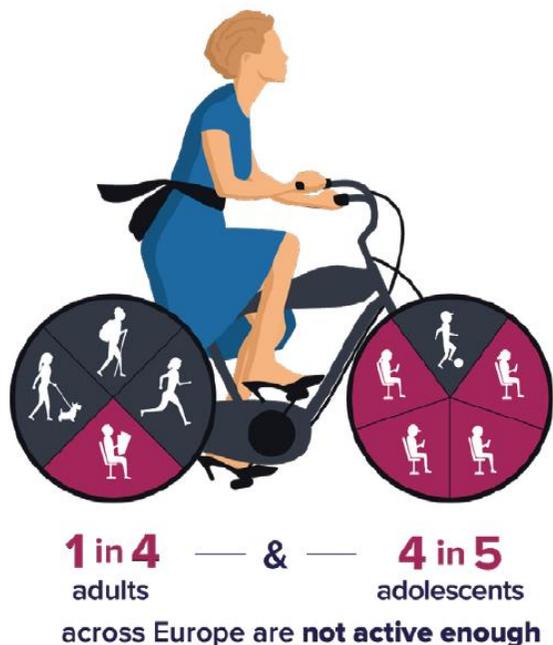
El principal "trabajo" de los alumnos es participar en los juegos y actividades. Siempre han de tener en cuenta que ellos son responsables de su diversión.

También un grupo de estudiantes en el equipo organizador es esencial, ya que pueden ayudar prácticamente en todo.

Las tareas mencionadas son principalmente para los alumnos de más edad, debido a que estas tareas indican habilidades de responsabilidad, pensamiento crítico y comunicación. Pero debemos aprovechar su mayor destreza con los medios sociales. Así que podemos confiar en ellos para documentar el evento, elaborar artículos, actualizar la página de Facebook o hacer seguimientos en Twitter. Y, por supuesto, estos materiales pueden ser muy útiles para la promoción en próximas celebraciones del ESSD.

4. Conectando Intereses Globales

Uno de los mayores desafíos del siglo XXI en el campo de la salud y la gestión de la vida saludable es hacer frente a la tendencia a la inactividad física. La inactividad física es la principal causa del sobrepeso y obesidad entre los adultos en todo el mundo, que conduce directamente a muchas enfermedades crónicas, no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares, la diabetes tipo 2, ciertos tipos de cáncer, problemas de salud mental y respiratoria crónicas, así como enfermedades del aparato locomotor. También el efecto de falta de actividad física se puede ver en muchos aspectos:



(ISCA, 2015)

- La actual generación de menores será la primera generación con menor expectativa de vida que sus padres debido a la falta de actividad física (designedtomove.org).
- 600.000 personas mueren cada año en Europa debido a su reducida actividad física (Eurobarómetro, 2014).
- La falta de actividad física tiene un coste estimado de 300€ por año y habitante en Europa (investigación sobre la sanidad pública en Europa 2014 – OMS), lo que comporta un gasto de 152.000 millones cada año.
- Globalmente, la inactividad representa un coste del 1.5–3% de los presupuestos nacionales de sanidad (Oldridge, 2008).

La actividad física regular no sólo tiene un efecto positivo en todos estos riesgos para la salud (Kruk, J. [2007]), sino que como herramienta preventiva es la más eficaz y la solución más económica para reducir el número de personas con sobrepeso y obesidad. En la última década la promoción de la actividad física y la salud se ha convertido en una de las principales tendencias entre las políticas de la UE dentro de la educación. La Recomendación del Consejo sobre la promoción de la actividad física beneficiosa para la salud en todos los sectores (2013) proclama que **"la educación física en la escuela tiene el potencial de ser una herramienta eficaz para aumentar la conciencia de la importancia de la actividad física beneficiosa para la salud (HEPA en sus siglas en inglés), y las escuelas pueden ser fácil y efectivamente movilizadas en este sentido"**. Uno de los campos más destacados de la promoción de la actividad física relacionada con HEPA son las iniciativas de deporte de base en la UE (Estudio sobre la financiación del deporte popular en la UE 2011).

El deporte de base y el ESSD disponen de propósitos y objetivos similares. Por ejemplo, el enfoque a la diversión y el disfrute, la igualdad de aprendizaje y oportunidades de participación para todos y, por supuesto, el desarrollo de habilidades sociales (para ejemplos de buenas prácticas de deportes de base ver página 15.). ESSD podría ser un ejemplo perfecto de un evento de deporte base en el que todas las partes implicadas podrían contribuir y trabajar juntos (es decir, escuelas, clubes deportivos, comunidad local).

El ESSD puede complementar la actividad física actual del centro y también apoyar prioridades del proyecto educativo. A continuación se presentan algunas ideas para apoyar la planificación y motivar a personal y estudiantes por igual.

5. Ceremonias de Apertura y Clausura

Las Ceremonias de apertura y cierre pueden aumentar el espíritu de comunidad en la celebración. Toda la escuela se junta. Esta es una excelente manera de dar relevancia a la interculturalidad de un evento internacional y promover la actividad física. Un evento puede ser tan creativo como quiera con su Apertura y Clausura; pensar en la diversidad demográfica, social, económica, cultural y lingüística en su zona - todo lo cual crea una gran variedad de circunstancias y necesidades educativas -. También puede ser una gran oportunidad para hacer gala de los diferentes talentos y actividades del centro (por ejemplo, grupos de baile que cantan coros, bandas, etc.).

Involucrar a los padres y la comunidad local en esta ceremonia responde a estas necesidades y oportunidades.

La Carta de Compromiso con el Deporte para la Educación y la Salud (<https://www.educacondesporte.org/carta-de-compromiso>) es una herramienta que os puede servir para institucionalizar el inicio del Día leyéndola por parte de alumnos de todas las edades.

Las ceremonias brindan una magnífica oportunidad de acercarse a la interculturalidad, aproximarse a la diversidad y compartir experiencias.

¿Qué has aprendido de otros países europeos?

CEREMONIA DE APERTURA

Lanzar el ESSD con la exposición, por parte de cada clase, de la actividad física que desarrollarán ese día.

Desfile de todo el centro para crear un gran sentido de pertenencia al evento.

Incluir todos los departamentos e incitarles para ser creativos y mostrar las habilidades de sus alumnos. Por ejemplo, grupos de danza y teatro, performances, obras de arte, TICs, música, Inglés, etc.

Establecer un comité de organización e involucrar a alumnos que normalmente no son muy activos en el deporte, pero que pueden aportar a la organización.

Celebrar la interculturalidad dentro de la escuela a través del deporte, el baile, la vestimenta y la comida.

Invitar a padres, estrellas del deporte local, personalidades y medios de comunicación local para ver el centro, en su mejor momento. ¿Puede algún alumno hacer de *speaker*?

Componer una canción de apertura o clausura.

Identificar modelos de conducta en su escuela, en su ceremonia de apertura: ¿tenemos algún deportista de alto nivel (o entrenador o responsable de un club, federación)?

Poner de relieve a estos estudiantes para inspiración de otros.

CEREMONIA DE CLAUSURA

Realizar un evento-show con aquellos deportes que más identifican al centro y sus logros en este campo.

Ceremonia de entrega de medallas.

Destacar la ética escolar y los valores a través de premios.

Reunir a todos los participantes en un lugar para cerrar el día tomando una foto grupal de toda la comunidad educativa.

6. Planificación del ESSD para Primaria

El ESSD ofrece una gran oportunidad para involucrar a los niños en una variedad de actividades físicas y experiencias positivas. Proporcionar actividades adecuadas para su edad, desarrollo y capacidad, incidirá en una mayor probabilidad de que se involucren, participen e interioricen estilos de vida saludable. ¿Por qué no usar este día para personalizar las actividades, centrándonos en el desarrollo del niño en base a sus necesidades personales, sociales y de salud?

Preguntemos a los alumnos sobre actividades deportivas emocionantes que les gustaría probar y que ayudarán a desarrollar su confianza, así como habilidades y cualidades que sustentan la creatividad, la aspiración, la resistencia y la empatía; con el objeto de convertirse en ciudadanos comprensivos y sensibilizados.



IDEAS PARA EMPEZAR

- Fomentar el desplazamiento activo a la escuela (senderismo, ciclismo, *scooting*, patinaje, *skate*). Los estudiantes pueden fácilmente convertir esto en un desafío de recaudación de fondos.
- Fomentar la participación de los grupos representados insuficientemente o grupos objetivo que requieren intervenciones adicionales - tal vez centrarse en los niños, las niñas, los menos activos o seguros.
- Considerar una serie de funciones para los niños vinculados a programas de liderazgo.
- Festivales y desafíos: ¿por qué no pedir a los jóvenes que sugiera retos para su clase o casa y hacer que participen en la organización de ella? Cada niño podría tratar de lograr su mejor marca personal.
- Involucrar a los niños en el diseño de parques infantiles más activos - y 'probar' si funciona.
- Estudiar la forma de desarrollar el trabajo en equipo, el respeto, la honestidad, la pasión, la confianza en uno/a mismo/a y la determinación de sus actividades.
- Utilizar el día para introducir un nuevo deporte, club de estilo de vida activo o la vinculación con un club deportivo local.
- Animar a los niños a hacer sus propios retos con la ayuda de deportistas de nivel.
- Invitar al personal del centro a un nuevo programa de desarrollo profesional activo.
- Organizar un concurso para los estudiantes para diseñar / dibujar un cartel para el evento.

EJEMPLOS DE ACTIVIDADES

- Evento de participación masiva. Poner en marcha el día con una ceremonia de apertura inspirador, donde todo el mundo tiene la oportunidad de ser activo.
- ¿Por qué no incluir Bokwa como un desafío que explora el aprendizaje de la fonética través de la danza?
- Día de la pelota. Invitar a todos los estudiantes a llevar una pelota a la escuela y usarla para estar físicamente activo durante todo el día.
- Definir un programa de descansos activos entre clases (tipo DAME10 – MECD).
- Animar a los estudiantes a caminar o correr alrededor del campo entre lecciones de matemáticas y lengua, por ejemplo.
- Poner en marcha un evento de actividad física familiar. Elegir un fondo temático de estilo de vida saludable y desplegarlo para una actividad de toda la comunidad educativa tanto dentro como fuera del centro.
- "¡Correr todo el año!" - Los participantes corren a lo largo del año dado en metros, todos juntos (por ejemplo, 2.017 metros para el año 2017).
- "¡Vamos a jugar juntos!" - Juegos y actividades para la inclusión.

CONSEJOS

- ✓ Sé claro en cuanto a quién van dirigidas las actividades y porqué – ¿se han elegido las actividades correctas para los diferentes destinatarios?
- ✓ Los mejores deportistas pueden ser un gran apoyo para la organización de las actividades relativas a su deporte.
- ✓ Busca oportunidades para implicar a las familias.

7. Planificación del ESSD para Secundaria

ESSD puede ser una herramienta para desarrollar la salud y el amor por la actividad física para toda la vida, aumentando su confianza y mejorando su salud mental y emocional. *ESSD permite a los estudiantes experimentar diferentes roles: deportista, líder, entrenador o voluntario*, fomentando así diferentes cualidades como la creatividad, la aspiración, la resiliencia o la empatía.

Cada joven tiene su propia motivación para practicar deporte, como por ejemplo estar en forma, mantener hábitos de vida saludables, el gusto por la competición o también su interés por ejercer actividades que requieran dotes de mando o de instrucción a terceros. Por eso sería muy interesante que se involucrase a los estudiantes y al conjunto de la comunidad escolar en el diseño de las actividades, para que todo el mundo pudiese ofrecer lo mejor de sí mismo.

EJEMPLOS DE ACTIVIDADES

- Actividades de participación general. La ceremonia inaugural puede servir para involucrar a todo el mundo en una actividad, como por ejemplo un calentamiento de 60 minutos, *Street dance* u otras actividades similares.
- Integrar actividades en el **día a día del colegio**. Por ejemplo, animar a los alumnos a caminar, ir en bicicleta o en patín de camino al colegio; buscar nuevas actividades de 20 minutos para la hora de comer (gol regañado, fútbol sala, baloncesto en silla de ruedas) y finalizar el día con 10 minutos de yoga – ¡perfecto para desestresar a los profesores y examinar aptitudes de los niños! –.
- Crear una competición de **profesores contra alumnos**. Animar a los profesores a que participen.
- Invitar a todos los alumnos para que participen en **competiciones interescolares**, animando a cada uno para que pueda dar lo mejor de sí mismo.
- **Involucrar a las familias** en una competición o evento participativo en el que se desarrolle alguna actividad relacionada con los hábitos de vida activa y saludable.
- **“¡Corre a través del año!”** – Los participantes corren juntos la distancia en metros del año (p.e. 2.016 metros en 2016).
- **“Festival de juegos”** – juegos participativos para niños y niñas con niveles de dificultad diferentes.
- **“¡Vamos a jugar juntos!”** – juegos y actividades inclusivas.
- Haz uso de algún recurso **Gonoodle** – Te recomendamos para ESO: Strengthen your focus (Mindfulness)

8. Guía de comunicación de los colegios y contacto con los medios

Tu colegio puede celebrar un evento o varios en el ESSD. Si ponéis en marcha diferentes actividades, se recomienda informar sobre una en particular, que pueda ser de interés para divulgar a través de medios locales (prensa, radio, redes sociales, etc.) que vuestra institución participa activamente en el *European School Sports Day*.

También se pueden crear materiales recordatorios del evento y, los centros que participen en la **Campaña Solidaria** (www.educacondesporte.org/essd/) recibirán botellines conmemorativos.



Botellín conmemorativo Campaña Solidaria ESSD 2017

INVITACIÓN A LOS MEDIOS

- Alrededor de cuatro o cinco días antes del evento crear una invitación para el ESSD que pueda ser enviada a nuestros contactos en medios.
- Con el cuerpo del mensaje de la invitación creada preparar un correo electrónico que puede ser enviado por este canal.
- Realizar una visita a las páginas web de medios de prensa de nuestro interés (incluyendo periódicos y radios –al menos uno de cada-) y buscar el teléfono en la pestaña de **Contacto** para realizar una llamada en la que expliquemos la actividad de nuestro ESSD.
- La explicación debe ser clara, para que el periodista sepa bien el día, la hora y el lugar en el que se desarrollará el evento. Se intentará buscar el interés del medio contactado.
- Preguntaremos a la persona contactada por su correo electrónico, para enviarle el correo previamente preparado. Debes repetir el proceso con otros medios. Esperamos que tengas mucho éxito con la convocatoria.

COMUNICADOS DE PRENSA

- Los periodistas suelen estar muy ocupados y trabajan con estrechos plazos de entrega –no te desanimes si te dicen que están muy ocupados. Agradéceles el tiempo que te dediquen y pregúntales si les puedes llamar en otro momento. Es importante que en ese momento les puedas explicar bien la idea central del mensaje que se les quiere dirigir.
- Asegúrate de saber cuándo llegará el periodista, y si lo hará con equipo propio, facilitándoles en todo momento la instalación y el acceso. Por ejemplo, si una radio local se acerca para hacer una entrevista, necesitarán espacio para aparcamiento de su unidad móvil.
- Comprueba que un miembro del colegio está disponible para atender a los periodistas que vengán al evento.
- Pondremos especial interés en mostrar aquellas actividades más participativas e interesantes. Es importante que los medios confirmen que toda la institución participa en el ESSD y ayudarles a captar imágenes o explicarles la importancia de la actividad física para el desarrollo de los niños.
- Hay que confirmar que existen permisos firmados para realizar fotografías o grabaciones de los participantes en los eventos del ESSD.
- Ofrecer a los medios la posibilidad de entrevistar a algún portavoz autorizado de la institución.

9. Guía de comunicación de los colegios: maximizando la cobertura del evento

MEDIO: LA RADIO

Las radios locales suelen tener interés en informar sobre eventos que ofrezcan algún aspecto particular o interesante. Es importante que sepan que el colegio cuenta con un portavoz o portavoces a los que puedan entrevistar.

Estos pueden ser:

- el responsable de deportes del colegio o algún directivo; y
- alumnos en los que tengamos confianza, que se sientan cómodos interviniendo ante un periodista.

En ocasiones las entrevistas serán telefónicas, pero en otras ocasiones un periodista puede desplazarse al lugar, incluso no sólo para grabar entrevistas sino para realizar grabación de imágenes para incluirlas en su página web.

Para las entrevistas telefónicas es importante que elijamos un emplazamiento tranquilo, salvo que queramos que se capte, expresamente, el ruido ambiente de nuestro evento durante la emisión.

Las radios suelen ponerse en contacto con los entrevistados unos minutos antes de la grabación o de la emisión en directo. Es importante que el portavoz o portavoces elegidos estén localizables en todo momento.

FOTOGRAFÍAS

Ofrecer nuestras propias fotografías a los medios asegura que éstos dispongan de material para producir sus contenidos.

Con la finalidad de tener la mayor difusión de los eventos del ESSD, es importante realizar fotografías de la mayor calidad posible.

A continuación te ofrecemos algunas ideas sobre cómo realizar tus propias fotografías de calidad:

- Localiza un área que esté muy bien iluminada para realizar tus fotografías. Los medios tendrán más propensión a utilizar fotografías que ofrezcan claridad y buena iluminación.
- Organiza a los alumnos para que posen en una fotografía realizando alguna actividad divertida e interesante. Asegúrate de que se vean bien sus caras, sin sombras ni ojos cerrados. Alternativamente, puedes hacer una fotografía de un grupo de participantes posando o saltando para celebrar el día.
- Las fotografías tienen que tener un tamaño de al menos 1MB-2MB. Asegúrate, por lo tanto, de tener la opción de fotografía de alta resolución. Las fotografías de gran tamaño pueden ser reducidas, pero las pequeñas no pueden ser aumentadas.
- Realiza un número suficiente de fotografías para luego poder hacer una selección que pueda ser enviada a los medios.

Por favor asegúrate de enviar las fotografías y la nota de prensa del acto el mismo día de la actividad, ya que los periodistas pierden el interés de noticias que no son actuales.

Si aparecen menos de cinco personas en una fotografía incluye sus nombres y edades. En todas las fotografías escribe un texto que pueda servir como pie explicativo de dicha imagen.

10. Guía para la comunicación de los colegios – Social Media

Los canales *Social media* como Facebook, Twitter, Instagram o Youtube *son instrumentos clave para la difusión del evento* ayudando a que los propios padres animen a sus hijos a participar en las actividades del ESSD.

Si aún no disponéis de cuenta en Facebook o Twitter, puede ser una buena idea abrirla para difundir las actividades del ESSD. Twitter se ha convertido en una red muy popular para colegios y profesores y un buen uso de la misma puede facilitar la comunicación de la institución a todos los niveles.



Por cierto, ¿ya nos sigues en Twitter...?



IDEAS DE CONTENIDOS

- Mostrar alguna actividad de preparación del ESSD en Twitter y Facebook– Genera expectativas sobre lo que sucederá en el evento.
- Muestra imágenes de los que está sucediendo en tu colegio el día del ESSD.
- Destaca especialmente aquello que sea más llamativo y representativo de lo que quieres representar.
- Añade *hashtags* con el nombre de tu colegio, lema, etc. para aumentar la repercusión de lo que envías (p.e. #educacondeporte, #Colegioxyz).
- Añade *hashtags* sobre la actividad concreta que quieras promocionar (p.e. #tenis #juegostradicionales, etc.)

FACEBOOK

Facebook se ha convertido en una red muy utilizada en este sector, ya que ofrece a los colegios una plataforma para contar con exhaustividad todo lo que se hace y compartirlo con los diferentes grupos de interés. Facebook es, por lo tanto, una herramienta muy interesante para difundir nuestras actividades en el *European School Sports Day*.

Es importante que tengamos actualizada la información de las actividades del colegio, y que pidamos a los padres que apoyen y promuevan las actividades programadas para el evento.

Se puede añadir un enlace a la página <http://www.eupea.com/european-school-sport-day/>, así como a los *hashtags* que usemos para este día.



Deporte para la Educación y la Salud también está en Facebook. ¡Búscanos en <https://www.facebook.com/educacondeporte/>!

11. Modelo de Comunicado de prensa

29 SEPTIEMBRE 2016

[COLEGIO], [CIUDAD] CELEBRACIÓN DEL *EUROPEAN SCHOOL SPORT DAY* (ESSD)

Alumnos del [nombre del colegio] se han unido a otros miles de niños y jóvenes de todo el Estado para tomar parte en las actividades del *European School Sport Day*.

El *European School Sport Day* celebrado el 29 de septiembre de 2017 en el [nombre del colegio] permitió que los alumnos realizasen numerosas actividades [Insertar lista de actividades o descripción de alguna de ellas].

European School Sport Day es una celebración que reúne en un mismo día a miles de niños de educación primaria y secundaria de toda Europa, para que realicen actividades relacionadas con la educación física y el deporte.

Este año, los colegios participantes han dedicado un día entero a realizar actividades de promoción de la educación física entre todos sus alumnos.

Los colegios inscritos en el *European School Sport Day* tienen acceso a una variedad de recursos, guías e ideas sobre promoción de la actividad física y deportiva.

NOMBRE DEL RESPONSABLE DEL COLEGIO DEL EUROPEAN SCHOOL SPORT DAY: “Aquí puedes describir algunas de las impresiones o hechos más impactantes y significativos de lo ocurrido en el ESSD de vuestro colegio.”
Puedes acompañarlo de una fotografía tuya, del equipo directivo, del logo del colegio o de la propia actividad.

Nota para los editores:

Documentos y fotografías: [\[inserta aquí documentos o fotografías de tu evento\]](#)

Para más información, puede contactar a:

Nombre: [\[insertar nombre\]](#)

Teléfono: [\[insertar teléfono\]](#)

Email: [\[insertar email\]](#)



12. Acciones posteriores al ESSD

ACCIONES POSTERIORES AL EUROPEAN SCHOOL SPORTS DAY

Muestra todo lo que has hecho el día del evento. Para ello, puedes utilizar la plantilla y las ideas incluidas en este documento.

- Revisa las actividades realizadas en el ESSD y añade al currículo académico o a las actividades extraescolares aquéllas que más hayan gustado.
- Aprovecha la inspiración conseguida en el ESSD para promover nuevas actividades relacionadas.
- Anima a los alumnos para que continúen practicando actividad física fuera del colegio, promoviendo en ellos hábitos de vida saludable.
- ¡Inscríbete al *European School Sports Day* de 2017!
- ¡Muestra fotografías y textos motivadores en Twitter!

Herramientas para el ESSD	Alumnos	Profesores	Colegio	Grupos de interés
Planificación	<ul style="list-style-type: none"> • Crear actividades o material para las mismas (p.e. conos, fabricación de pelotas, etc.). • Elegir los lugares para la actividad. • Buscar ideas para motivar a los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fijar los objetivos o el tema central del evento. • Fijar actividades, lugares y agenda. • Establecer y organizar los equipos de trabajo (cómo involucrar a estudiantes con diferentes capacidades). • Apoyar a los alumnos en las tareas asignadas. • Fijar maneras de motivar a los alumnos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyar al equipo organizador (p.e. armonizando el ESSD con otros eventos del colegio, informando a los grupos de interés, dando ideas y recomendaciones, etc.). • Supervisar. 	<p><u>Padres:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ayudar con merchandising, equipamiento o instalaciones. • Participar como voluntarios. <p><u>Clubes, organizaciones locales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ofrecer instalaciones • Promover actividades concretas.
Preparación	<ul style="list-style-type: none"> • Promocionar el evento. • Elegir los lugares e instalaciones. • Preparar la evaluación y descripción de las tareas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinar los diferentes niveles. • Preparar los equipos y documentación necesaria. • Finalizar y aclarar el papel de cada estudiante en los diferentes puestos. • Promocionar el evento entre socios, grupos de interés, etc. • Organizar la asistencia médica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicar con los grupos de interés. • Dar permiso a los estudiantes que participen en la organización para asistir a las reuniones necesarias. • Utilizar recursos y personal del colegio (p.e. Equipo médico). • Ayudar para conseguir el equipo necesario para el evento. • Promocionar el evento dentro del colegio (p.e. haciendo carteles, usar la web, etc.). 	Ver planificación.
Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> • Participar en el evento. • Organizar el evento bajo la supervisión del profesor responsable. • Realizar vídeos y fotografías del evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionar el evento. • Comunicar de forma clara y funcional. • Realizar una reunión antes del evento para aclarar las tareas a realizar y otra reunión al finalizar para extraer conclusiones y aprendizajes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyar al equipo organizador. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participar como ayudante voluntario. • Contribuir con alimentos y bebidas para el día del evento.
Evaluación y Recopilación	<ul style="list-style-type: none"> • Diseñar cuestionarios. • Investigar cuáles son las principales conclusiones del evento. • Hacer seguimiento de las repercusiones del evento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Preparar un informe para los grupos de interés. • Ayudar a los estudiantes para que creen su propio dossier de seguimiento del evento. • Crear cuestionarios y otras investigaciones sobre el evento. • Coordinar todas las investigaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> • Expresar ideas y opiniones sobre el evento al comité organizador. • Implementar las mejores prácticas para otros eventos de la institución. 	<ul style="list-style-type: none"> • Expresar opiniones e ideas sobre el evento.
Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> • Crear informes, artículos y edición de fotografías y vídeos del evento. • Enseñar a los estudiantes más jóvenes cómo se organiza un evento de estas características. 	<ul style="list-style-type: none"> • Preparar informes para los diferentes niveles. • Obtener opiniones de los grupos de interés. • Recompensar a los estudiantes participantes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Incluir información oficial de eventos en los diferentes canales del colegio (página web, RRSS, comunicados, etc.). • Ayudar a los estudiantes y profesores en la preparación de los diferentes informes (utilización de equipos informáticos, papel del colegio, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Difundir las conclusiones del evento en diferentes canales.

13. Ejemplo de buena práctica

Sagrado Corazón Ana Mogas, Fuencarral (Madrid)

El primer año del ESSD en España (2016) Sagrado Corazón Ana Mogas, una escuela establecida en Fuencarral (Madrid), se unió al evento. Pero, aunque la experiencia fue genial, la gerencia del centro se dio cuenta que tenían que hacer más. Algo tenía que hacerse para promover el deporte y la cultura de la salud de forma consistente entre sus estudiantes.

Junto a la ONG Deporte para la Educación y la Salud, inician el Programa Colegios Comprometidos con el Deporte y la Salud y comienzan a diseñar un programa propio deportivo y de salud.

La Escuela Sagrado Corazón está progresando y mejorando constantemente gracias a su plan de acción en todos los campos relacionados con el deporte y la salud. En la escuela, trabajan en proyectos compartidos, convencidos de que el objetivo de desarrollar programas de deporte, educación y salud será en beneficio de toda la Comunidad Educativa.

Con una visión claramente enfocada en estos objetivos, SC Ana Mogas organizó "Comprometidos con el Deporte y la Salud", un evento de dos semanas de duración, un montón de actividades para los estudiantes de todas las edades - conferencias, juegos deportivos, clases de higiene, concursos de cocina, sesiones de música y baile,....

Tan solo un año después, SC Ana Mogas es una referencia por su compromiso con la actividad física infantil y la promoción de la salud.

Festival de Deporte Base como ejemplo de buena práctica para el ESSD

La filosofía de las clases colectivas de *Deporte Base* es la de promover la igualdad de participación para todos, independientemente de la edad, género, capacidad, religión o nivel físico.

Se realizan diferentes tipos de deportes o actividades físicas. Se realizan de manera simultánea, utilizando diferentes “estaciones”. Existe la posibilidad de realizar actividades divertidas creando equipos de nivel similar.



Requerimientos básicos de los festivales de *Deporte Base*

- Todos los alumnos tienen las mismas oportunidades y tiempo de participación.
- Evitar juegos violentos.
- Juegos que no tengan resultados o marcador.
- Juegos con carácter inclusivo.
- Todos los participantes se divierten y estimulan, independientemente de si su nivel es alto o bajo.

Referencias

Kruk, J. [2007]: Physical activity in the prevention of the most frequent chronic diseases: an analysis of the recent evidence. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*. Vol. 8. No. 3. p. 325–338.

A Designed to Move – A Physical Activity Action Agenda

<https://www.designedtomove.org> and http://s3.nikecdn.com/dtm/live/en_US/DesignedToMove_FullReport.pdf

The Council Recommendation on promoting health-enhancing physical activity across sectors (2013)

<http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=celex:52013PC0603>

Study on the funding of Deporte Bases sports in the EU (2011)

http://ec.europa.eu/internal_market/top_layer/docs/Executive-summary_en.pdf

WHO Case Investing Public Health document (2014)

<http://www.euro.who.int/en/health-topics/Health-systems/public-health-services/publications/2015/the-case-for-investing-in-public-health>