

**SPÆNSKA
ESPAÑOL**



¡VEN Y ÚNETE A NOSOTROS!

**INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES EN CLUBS
DEPORTIVOS Y JUVENILES EN EL PAÍS**



La información anterior fue obtenida en las siguientes fuentes:
Investigación de talleres juveniles Gente joven (Ungt fólk) (2016) y política de ISÍ, Deportes para y por los niños (Íþróttir - barnsins vegna) (2015).
Se agradece la participación por la revisión al presente panfleto a las siguientes

autoridades en el campo:
Dra. Þórdís Gísladóttir, Eva Dögg Guðmundsdóttir, Cand.Mag en estudios de cultura e inmigración, Guðrún Pétursdóttir, directora de InterCultural Iceland y Sema Erla Serdar directora del Foro Juvenil actual (Æskulýðsvettvangsins).



VEN Y ÚNETE A NOSOTROS

Participar en los deportes es divertido, con la participación, tu hijo puede conocer nuevos amigos, promueve su salud y también puede incrementar su conocimiento en islandés. Los niños y jóvenes que practican deportes regularmente tienen un mejor rendimiento escolar y a través del deporte tanto el niño como los padres pueden ampliar su red de apoyo.

Los deportes son para todos y todos pueden participar sin importar el color, raza, religión o cultura. El interés en los deportes une a las personas y ofrece a menudo la oportunidad de conversar. El idioma del deporte es universal. La pelota rebota de la misma forma en islandés y polaco, así como tu brinco será tan alto como en sueco o tailandés.



ALGO PARA TODOS LOS GUSTOS

En Islandia hay una tradición muy importante que es la participación de niños y jóvenes en actividades deportivas y juveniles organizadas. Según las encuestas el deporte es el ocio más popular entre los niños, las cifras muestran que un 80% de niños alrededor de 12 años forman parte de algún club deportivo.

En Islandia se encuentran en funcionamiento aproximadamente 500 clubs deportivos. La disponibilidad y variedad depende de cada club. En las zonas urbanas, el niño puede tener más posibilidades de elección mientras que zonas rurales la elección es más limitada. El interés de niños y jóvenes puede variar en categorías y tipo de deporte. Algunos niños se sienten mejor trabajando en grupo y les gusta practicar deportes en grupo, mientras que otros se sienten más cómodos practicando un deporte individual. Es muy importante dejar que niños y jóvenes prueben la variedad y tipo de deportes para que elijan el que más les interese. La mayoría de los clubs deportivos ofrecen a niños y jóvenes la oportunidad de asistir a unas cuantas practicas gratis, por este medio se ofrece a los jóvenes la oportunidad de probar varios deportes y elegir el que más les guste.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS ORGANIZADAS

La mayoría de los niños y jóvenes practican deportes porque les parece divertido. Todos los niños y jóvenes tienen el mismo derecho de participar en los deportes y de ser valorados en base a su esfuerzo y no por su origen, estrato social, color o género.

El concepto de actividad deportiva organizada se utiliza cuando niños y jóvenes practican deportes bajo la guía de un entrenador en su club deportivo. Los clubs se esfuerzan por ofrecer un buen tra-

bajo con responsabilidad teniendo como meta la alegría y gozo, lo cual significa que los entrenadores son profesionales en su campo o tienen una amplia experiencia así, niños y jóvenes pueden participar según la capacidad y necesidad de cada uno. En la mayoría de los casos los deportivos son como un segundo hogar para niños y jóvenes. Por tanto se les recomienda a los padres informarse acerca de la capacidad profesional de los entrenadores que laboran en el club deportivo. Es muy común que los entrenadores sean de ambos géneros en las diferentes categorías deportivas.

BENEFICIOS DEL EJERCICIO

El ejercicio diario es necesario para un crecimiento sano, buena salud mental e interacción social en niños y jóvenes. De acuerdo con las indicaciones de la Dirección Nacional de Salud los niños y jóvenes tienen que hacer ejercicio como mínimo 60 minutos al día, por consiguiente, aquellos que hacen ejercicio regularmente tienen más posibilidad de continuar practicándolo en la edad adulta. Según estudios realizados su participación en deportes organizados tiene influencia positiva en el estado anímico y comportamiento de niños y jóvenes. Su participación de forma periódica en las actividades deportivas satisface la necesidad de movimiento de niños y jóvenes y reduce la posibilidad del uso del tabaco, alcohol y otros estupefacientes, al mismo tiempo hay más posibilidad de que sean más sanos y que su salud física y mental sea mejor, así como su interacción social en comparación con aquellos que no participan en actividades deportivas.

La participación en deportes organizados tiene un efecto positivo en el desarrollo y crecimiento del individuo. Con su participación los niños y jóvenes aprenden reglas morales, honestidad, respeto, cooperación, lealtad y compromiso, así como manejar el triunfo y derrota, fijarse metas, ayudar a los demás, tomar consideración y trabajo en grupo, respetar la opinión de los demás y respetar las

reglas. La participación deportiva se desarrollan importantes factores como el espíritu de equipo, unidad, tolerancia y juego limpio. También incrementa la sensación de pertenecen y participar, por lo cual los deportes desempeñan un papel muy importante en la integración del inmigrante en la sociedad

CUOTAS DE PAGO Y SUBVENCIÓN

Los clubs deportivos cobran una cuota para la participación de actividades organizadas. La cuota es distinta entre cada club, edad del participante y horas de practica por semana. La información sobre las cuotas se encuentra en la página electrónica de cada club.

Es posible hacer una aplicación por subvención para deportes y ocio para niños y jóvenes en la mayoría de los municipios del país. Los padres/tutores pueden disponer de este subsidio para actividades deportivas o talleres juveniles para sus hijos, siempre que el curso/taller tenga una duración de 10 o más semanas. La cantidad del subsidio y la edad límite del participante, varía entre municipios. En la oficina de cada municipio se obtiene toda la información referente a subvenciones, así como en su página electrónica, la cual en la mayoría de los casos se puede encontrar en muchos idiomas.

ROPA DEPORTIVA

Se requiere de ropa ligera p.ej., pantalones cortos y camiseta será suficiente para entrenar en la mayoría de los deportes. El entrenamiento al aire libre requiere de ropa conforme el clima. El uniforme deportivo se utiliza solo cuando se va a competir y los clubs proporcionan más información al respecto. Dependiendo del tipo de deporte y la edad del niño o joven, se considerará si es necesario usar zapatos o no.

PARTICIPACIÓN DE LOS PADRES

Los padres y tutores pueden participar y desempeñar roles dentro de las actividades deportivas y talleres. Frecuentemente la participación de los padres y tutores es voluntaria, lo que significa que las personas ofrecen su trabajo sin recibir una remuneración. Un ejemplo de dicha participación es la recaudación de fondos económicos, formar parte de la junta directiva y comité, inspección a eventos entre otras actividades más.

Las razones por las cuales la gente ofrece su trabajo voluntariamente son, entre otros motivos, que los padres se conozcan entre ellos, conozcan a los entrenadores, a junta directiva del club, que



puedan saciar su necesidad de interacción social, aparte de ayudar a su club a alcanzar sus metas. Por este medio también se brinda la oportunidad de aprender las reglas de deporte a tratar, cómo funciona una organización no gubernamental y el trabajo social en general. La participación y soporte de los padres y tutores es muy importante para los niños y jóvenes, ya que aumenta la posibilidad de que el niño continúe practicando los deportes. Tu participación es muy valiosa.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Qué tengo que hacer si quiero inscribir a mi hijo/a en los deportes?

Comunícate con tu entrenador o junta directiva del club. En la página electrónica del club es muy probable que se encuentre información como correo electrónico y teléfono. También se puede obtener información acerca del nombre y teléfono de los entrenadores de cada centro deportivo.

¿Tienen qué estar presentes los padres durante el entrenamiento?

Esto depende del tipo de deporte y edad del participante si los padres/tutores tengan que estar presentes o no.

¿Qué pasa si mi hijo no sabe islandés?

El idioma del deporte es universal. Niños y jóvenes pueden participar a pesar de que no hablen islandés.

¿Cuesta ir y probar?

Se les ofrece a los niños y jóvenes que asistan y prueben los tipos de deportes que se ofrecen sin coste. Para más información, se recomienda ponerse en contacto con el club correspondiente.



FJOLLA SHALA KOSOVO/ALBANIA

FUTBOL- BREIDABLIK

El deporte me ha hecho ser la persona que soy ahora. Me ha ayudado a encontrar el buen camino en la vida. Por medio del deporte he tenido la oportunidad de viajar por muchos países y conocer personas fabulosas. Mi equipo es como mi familia



MACIEJ BAGINSKI POLONIA

BALONCESTO - NJARDVÍK

Cuando empecé a practicar deporte se me facilitó más el aprendizaje del islandés. Aprendí mucho de los demás chicos que entrenaban conmigo. He conocido gente fabulosa y hecho muchos nuevos amigos. Los deportes me han ayudado a integrarme a la sociedad islandesa.



STIVEN T. VALENCIA COLOMBIA

BALONMANO - VALUR

La participación en los deportes me ha hecho una persona más sana y me ha ayudado a aumentar mi autoestima.



¿Qué participa deporte para

IVANA JORDANOVA BULGARIA

BALONCESTO - HSV

El baloncesto le da un incentivo a mi vida. Estoy más contenta, he hecho nuevos amigos y me ha brindado la oportunidad de viajar. Desde que empecé a practicar deportes, me va mejor en los estudios.





BAKIR ANWAR NASSAR
IRAN/PALESTINA
FUTBOL - ÍA

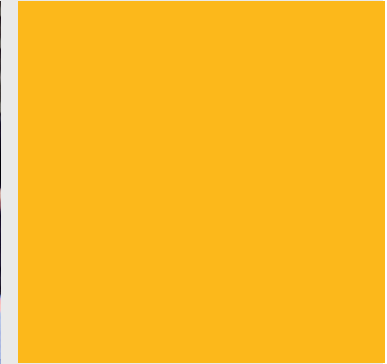
El futbol es como otro hogar para mí, otra religión. Cuando empecé a entrenar futbol, empecé a entender mejor el islandés. También hice amigos de por vida. Eso me facilitó la integración a la sociedad. Sin el futbol no sería la persona que ahora soy.



é ha
ación en
s hecho
ti?

ARON HUYNH
VIETNAM
KARATE - ÍR

El deporte me ha brindado la oportunidad de realizar mis sueños. Si la vida es difícil, el deporte la hace más fácil. Es un gran apoyo y llave para encontrar la felicidad.



SAMAR E ZAHIDA
PAKISTAN
TAEKWONDO - ÁRMANN

Cuando yo tenía 9 años mis padres me inscribieron en Taekwondo. Me enamoré del Taekwondo desde el primer entrenamiento y nunca me he arrepentido. He experimentado muchas cosas nuevas a través de los deportes, aprendí a organizarme, viajar a otros países, ganar pequeños y grandes logros y conocer gente maravillosa



MINELA CRNAC
BOSNIA
FUTBOL - SNÆFELL (HSH)

El deporte es mucho más que asistir a los entrenamientos. Desde que empecé a entrenar futbol empecé a tener más amigos que antes y siempre me mantengo ocupado. La mejor decisión que he hecho en mi vida es practicar deportes. ¡Te lo recomiendo!



VUK OSKAR DIMITRIJEVIC
SERBIA
FUTBOL- PARTIDOS

He aprendido muchas cosas nuevas por medio del deporte. El deporte me ha fortalecido, mejorado y he hecho buenos amigos. Lo más divertido para mí es entrenar futbol con mis compañeros de equipo.

Vieni e participa
Come Along!

Przyjdź i dołącz do nas!

Viens et participe.

Hãy đến và cùng tham gia

Ven y participa

Vem e participa

來參加吧。

Kom og delta

와서 함께합니다.

Tule mukaan

Komdu og vertu með

Ела и бъди с нас

Prisijunk ir tui

Dodí i učestvuj

Komm und mach mit.

มาเถอะ มาร่วมกับเรา

Kom en doe mee

Приходите и присоединяйтесь к нам

来て、一緒にしましょう。

Kom og bli med

Halika't sumali at makilahok!

Kom och delta

Eja, bashkohu me ne

Más información

El movimiento deportivo en Islandia está formado por dos asociaciones nacionales: Asociación Olímpica y Deportiva en Islandia (ÍSí) y Asociación juvenil en Islandia (UMFÍ). Puedes obtener amplia información acerca del club deportivo de tu barrio en la oficina ÍSí teléfono 514 4000 o en la oficina de UMFÍ teléfono 568 2929 sus páginas electrónicas son: www.isi.is y www.umfi.is.



VELFERÐARRÁÐUNEYTIÐ



UMFÍ