

PROYECTO SOCIAL Y EDUCATIVO

II. EDICIÓN MUSKIZKO 3 MILIAK

Formación y concienciación sobre el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

Entidad organizadora: Unión Deportiva Muñatones

Entidad colaboradora: AHIDA Bizkaia

1. Presentación del proyecto

La Unión Deportiva Muñatones, a través de la organización de la segunda edición de la carrera solidaria **Muskizko 3 Miliak**, continúa apostando por un proyecto que va más allá de la práctica deportiva y que busca generar un impacto positivo en nuestro municipio y su entorno.

Desde su nacimiento, Muskizko 3 Miliak pretende unir deporte, participación ciudadana y solidaridad, utilizando el atletismo como herramienta para promover valores como la convivencia, la igualdad, la inclusión y el compromiso social.

En esta segunda edición, queremos reforzar esta dimensión social centrando nuestros esfuerzos en el **Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)**, en colaboración con AHIDA Bizkaia, asociación vinculada a la atención y el apoyo a las personas con TDAH y sus familias.

Nuestro objetivo es aprovechar la capacidad de convocatoria de un evento deportivo local para impulsar una iniciativa educativa que contribuya a mejorar el conocimiento sobre este trastorno, reducir prejuicios y favorecer una mayor comprensión de las necesidades de las personas que conviven con él.

Para ello, proponemos desarrollar unas jornadas de formación y concienciación dirigidas al alumnado y al profesorado del IES Muskiz y del Instituto de Somorrostro, acercando esta realidad a la comunidad educativa y promoviendo entornos más comprensivos e inclusivos.

2. Justificación y necesidad del proyecto

El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo que puede influir en la atención, la regulación de los impulsos y la actividad. Sus manifestaciones son diversas y pueden afectar de manera diferente a cada persona, también en el ámbito académico, social y familiar.

En el entorno educativo, conocer mejor el TDAH resulta importante para comprender determinadas dificultades que pueden experimentar algunos alumnos y alumnas, evitar

interpretaciones basadas en prejuicios y favorecer una respuesta educativa ajustada a sus necesidades.

La falta de información puede contribuir a que algunas conductas se interpreten erróneamente, generando incompreensión, estigmatización o dificultades en las relaciones con compañeros y docentes.

Por este motivo, consideramos fundamental impulsar acciones de sensibilización y formación que permitan acercar información rigurosa a la comunidad educativa y fomentar una mirada más empática, respetuosa e inclusiva.

La colaboración con AHIDA Bizkaia permitirá contar con el apoyo de una entidad especializada en esta realidad para orientar el contenido de las actividades y adecuarlo a las necesidades de los centros participantes.

A través de esta iniciativa, Muskizko 3 Miliak pretende contribuir a que la solidaridad no se limite a una recaudación económica, sino que también se traduzca en conocimiento, sensibilización y acciones concretas en nuestro entorno.

3. Objetivos del proyecto

Objetivo general

Promover el conocimiento, la comprensión y la sensibilización sobre el TDAH en el ámbito educativo mediante jornadas de formación dirigidas al alumnado y al profesorado del IES Muskiz y del Instituto de Somorrostro, favoreciendo la inclusión y la prevención de prejuicios.

Objetivos específicos

- Aumentar el conocimiento sobre qué es el TDAH y cuáles son sus principales características.
- Favorecer la comprensión de las dificultades que pueden experimentar las personas con TDAH en el ámbito académico, social y personal.
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia del respeto, la empatía y la aceptación de las diferencias individuales.
- Proporcionar al profesorado información y orientaciones que contribuyan a una mejor comprensión del alumnado con TDAH.
- Promover entornos educativos que favorezcan la participación, la convivencia y la inclusión.
- Contribuir a reducir los estereotipos y las interpretaciones erróneas asociados al trastorno.
- Dar visibilidad a la labor de AHIDA Bizkaia y a la importancia del acompañamiento a las personas con TDAH y sus familias.
- Reforzar el compromiso social y educativo de Muskizko 3 Miliak mediante una iniciativa que genere beneficios más allá del día de la carrera.

4. Destinatarios

El proyecto está dirigido a dos colectivos fundamentales de la comunidad educativa:

Alumnado del IES Muskiz y del Instituto de Somorrostro

Las actividades buscarán acercar el conocimiento sobre el TDAH a los jóvenes, fomentando la empatía, el respeto a las diferencias y la comprensión de las dificultades que pueden afrontar algunos compañeros y compañeras.

Se pretende promover una convivencia basada en la inclusión y contribuir a prevenir situaciones de incomprensión, prejuicio o exclusión relacionadas con el desconocimiento del trastorno.

Profesorado de ambos centros educativos

La formación dirigida al profesorado estará orientada a mejorar el conocimiento general sobre el TDAH, comprender algunas de sus posibles manifestaciones en el contexto escolar y ofrecer orientaciones prácticas que ayuden a identificar necesidades y favorecer una respuesta educativa adecuada.

La organización concreta de las sesiones se acordará con los centros participantes y AHIDA Bizkaia, teniendo en cuenta las características del alumnado, las necesidades detectadas y la disponibilidad de cada institución.

5. Propuesta de actividades

Se propone desarrollar unas jornadas de formación y concienciación en colaboración con AHIDA Bizkaia, adaptadas a los diferentes destinatarios.

5.1. Formación y concienciación dirigida al alumnado

Las sesiones tendrán un enfoque divulgativo y participativo, con el propósito de acercar el TDAH a los jóvenes de una manera comprensible y adecuada a su etapa educativa.

Entre los contenidos que se propone abordar se encuentran:

- Qué es el TDAH y cuáles son sus características generales.
- Cómo puede influir en la atención, la organización, la impulsividad y la vida cotidiana.
- La importancia de comprender las diferencias individuales y evitar etiquetas.
- La empatía, el respeto y la inclusión en las relaciones entre compañeros.
- La identificación y prevención de prejuicios y situaciones de rechazo.
- La importancia de construir un entorno educativo en el que todas las personas puedan participar y sentirse comprendidas.

Se buscará fomentar la participación del alumnado y generar un espacio de aprendizaje y reflexión que facilite una comprensión más cercana de esta realidad.

5.2. Formación dirigida al profesorado

Las sesiones destinadas al profesorado tendrán como finalidad proporcionar información y herramientas generales para mejorar la comprensión del TDAH en el contexto educativo.

Se propone trabajar los siguientes aspectos:

- Conceptualización del TDAH y principales características.
- Diversidad de manifestaciones y necesidades individuales.
- Posibles dificultades relacionadas con la atención, la planificación, la organización y la autorregulación.
- Repercusión del trastorno en el aprendizaje y en la convivencia escolar.
- Orientaciones generales para favorecer la participación y el acompañamiento del alumnado.
- Importancia de la coordinación entre el centro educativo, las familias y los profesionales especializados.
- Estrategias para favorecer un clima de aula inclusivo y prevenir la estigmatización.

Los contenidos definitivos se concretarán junto con AHIDA Bizkaia y los centros educativos, con el fin de adecuarlos a sus necesidades y a los objetivos de las jornadas.

6. Metodología y desarrollo

El proyecto se desarrollará mediante sesiones formativas y de sensibilización adaptadas a los colectivos destinatarios.

Se priorizará una metodología cercana, participativa y orientada a la realidad cotidiana de los centros educativos. Se pretende combinar la transmisión de información con la reflexión, el diálogo y la resolución de dudas, favoreciendo que los contenidos puedan trasladarse a situaciones reales.

La planificación se realizará de forma coordinada entre la Unión Deportiva Muñatones, AHIDA Bizkaia y los centros participantes.

La duración, el calendario, el número de sesiones y la organización de los grupos se establecerán conjuntamente, atendiendo a las posibilidades de cada centro y a los recursos disponibles para desarrollar la iniciativa.

7. Continuidad e impacto social

La segunda edición de Muskizko 3 Miliak representa una oportunidad para consolidar un proyecto deportivo que incorpora, de manera progresiva, nuevas iniciativas de carácter social y educativo.

Nuestra intención es que la colaboración con AHIDA Bizkaia y los centros educativos contribuya a generar un impacto que trascienda la jornada de la carrera, acercando información, promoviendo la comprensión del TDAH y reforzando el compromiso con la inclusión.

Asimismo, esta experiencia puede sentar las bases para desarrollar nuevas acciones de sensibilización en futuras ediciones, manteniendo la vocación de continuidad y crecimiento del proyecto.

Creemos que el deporte puede convertirse en una herramienta de transformación social cuando se acompaña de iniciativas que fomenten el respeto, la solidaridad y la participación de toda la comunidad.

8. Conclusión

Desde la Unión Deportiva Muñatones queremos invitar al IES Muskiz y al Instituto de Somorrostro a formar parte de esta iniciativa, compartiendo un proyecto que combina actividad deportiva, formación y compromiso social.

Con la colaboración de AHIDA Bizkaia, aspiramos a impulsar unas jornadas que contribuyan a mejorar el conocimiento sobre el TDAH y a promover una comunidad educativa más informada, empática e inclusiva.

La segunda edición de Muskizko 3 Miliak quiere demostrar que una carrera solidaria puede ser mucho más que un evento deportivo: puede convertirse en un punto de partida para generar conciencia, promover el aprendizaje y contribuir al bienestar de las personas.

Unión Deportiva Muñatones

Organización de la carrera solidaria *Muskizko 3 Miliak*
Muskiz