

## ÁMBITO 5 – Normas mínimas de funcionamiento

### Acción 4: definir procedimientos de protección relativos a la proporción de personal por participante y a la supervisión

Una supervisión adecuada durante las actividades con jóvenes deportistas ayuda a reducir el riesgo de violencia interpersonal. A continuación, se ofrece una visión general de los temas clave que los comités de los clubes deben debatir y formalizar con antelación para garantizar que todas las actividades del club, como los entrenamientos, las competiciones, los campos de entrenamiento y los eventos de formación de equipos, se desarrollen de forma segura y responsable.

Estos acuerdos deben incluirse en el reglamento interno del club para facilitar su consulta. Además, hay que asegurarse de que todo el personal, deportistas y familias estén informadas periódicamente sobre estas normas a través de múltiples canales de comunicación.

#### Posibles directrices

Riesgo	Posibles directrices	Consejo
<b>No hay suficientes entrenadores/as durante las sesiones de entrenamiento</b>	Acuerdos sobre el tamaño máximo del grupo por entrenador/a.	El número ideal de deportistas por entrenador/a varía según el deporte y depende de la experiencia del entrenador/a, el nivel del grupo y la edad de deportistas. Evitar asignar a entrenadores/as muy jóvenes o sin experiencia a grupos grandes sin supervisión. Lo mejor es emparejar entrenadores/as experimentados/as que puedan guiar y apoyar a los y las más jóvenes. Como pauta general: De 4 a 6 años: 1 entrenador/a por cada 6-8 criaturas. De 7 a 12 años: 1 entrenador/a por cada 8-10 criaturas.

	<p>Acuerdos sobre las medidas que tomará el club si no hay suficientes entrenadores/as disponibles, por ejemplo, por enfermedad.</p>	<p>De 13 a 18 años: 1 entrenador/a por cada 10-12 criaturas.</p> <p>Esto garantiza que cada deportista reciba la atención y el apoyo suficientes.</p> <p>Planificad con antelación las ausencias de los entrenadores/as. Por ejemplo, ofreced actividades alternativas, como ejercicios de prevención de lesiones, que los y las jóvenes puedan realizar de forma independiente en casa.</p>
<p><b>No hay suficientes supervisores/as para los campamentos de entrenamiento y las competiciones</b></p>	<p>Acuerdos sobre el número de supervisores/as necesarios para que un campamento de entrenamiento pueda llevarse a cabo.</p>	<p>Es aconsejable aplicar el principio de los cuatro ojos durante los campamentos de entrenamiento, los campamentos deportivos y las competiciones, asegurados de que haya al menos dos adultos presentes como acompañantes. Las familias también pueden ayudar en esta función.</p>
<p><b>La vigilancia nocturna durante los campamentos de entrenamiento de varios días y durante las competiciones de varios días</b></p>	<p>Acuerdos sobre la vigilancia nocturna durante los campamentos de entrenamiento y las competiciones con pernoctación con deportistas menores de edad.</p>	<p>Proporcionad dos personas de contacto por noche, junto con algún/a vigilante nocturno designado. En el caso de campamentos mixtos, lo ideal es asignar una persona de contacto masculina y otra femenina.</p>