

GUÍA PARA PADRES Y MADRES DE DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

La práctica deportiva es una magnífica herramienta que contribuye a la formación integral de niños y niñas en edad escolar. Para que esta labor formativa se pueda desarrollar de la mejor manera posible el papel de los padres y madres es fundamental. De su correcta actitud depende que el deporte contribuya al desarrollo de sus hijos, pero si esta actitud no es la correcta puede ser motivo de frustración o incluso de abandono.

Por todo ello merece la pena plantarse como debe ser tú comportamiento como padre o madre cuando lo eres de un deportista en edad escolar.

Estas reflexiones servirán, por una parte para que tus hijos disfruten del deporte en toda su dimensión y adquieran todos los valores personales que trasmite y por otra parte para que el deporte en edad escolar se desarrolle en un ambiente de tolerancia, respeto, solidaridad y compañerismo.

A continuación se describen los comportamientos positivos y negativos que pueden tener un padre o una madre durante la práctica deportiva en edad escolar.

CÓMO DEBO COMPORTARME CON MIS HIJOS:

- ✓ Enseña a tus hijos y conciénciate tú mismo que el Juego Limpio no es algo accesorio, es algo esencial y trascendental en el deporte. De esto depende que tus hijos adquieran la mayor parte de los valores que trasmite el deporte.
- ✓ Mantén una actitud positiva, disfruta y diviértete con el deporte que practican tus hijos. Generarás confianza en ellos y mejorará vuestra relación.
- ✓ Conoce las expectativas que tienen tus hijos sobre ti, pregúntales si les gusta que asistas a las competiciones.
- ✓ No debes condicionar la práctica deportiva de tus hijos desde el punto de vista del rendimiento deportivo. Ellos practican deporte por diversión, por compartirlo con sus amigos y para aprender.
- ✓ Anima, aplaude, sonríe y apoya siempre en positivo.
- ✓ Debes participar de manera pro activa en su práctica deportiva colaborando con la entidad deportiva, con los entrenadores, árbitros y jueces, otros familiares y sus propios hijos.
- ✓ Tu presencia es muy importante para tus hijos; acompáñales siempre que puedas.
- ✓ Espérate a estar solo con tus hijos para hacer comentarios y consejos, no lo hagas desde la grada; les generarás confusión y desacreditarás al entrenador,

- ✓ Fomenta la asunción de responsabilidades en tus hijos y ayúdales a compaginar el deporte con el resto de obligaciones habituales. Que realicen todas, pero que no descuiden ninguna.
- ✓ Sé consecuente con tu compromiso, asiste siempre que se lo prometas e interésate por cómo les ha ido cuando no puedas asistir. Haz que se sientan apoyados.
- ✓ Sé comprensivo con las derrotas, réstales importancia y anima a superar esas pequeñas decepciones. Muéstrales lo formativo que pueden resultar también las derrotas. Demuéstrales que estás orgulloso de lo que hacen independientemente del resultado.
- ✓ Uno de los valores que se adquieren con la práctica del deporte es la capacidad de tomar decisiones. Fomenta que tus hijos, de una forma guiada, tomen sus propias decisiones y resuelvan sus conflictos.
- ✓ No generes en tus hijos expectativas de éxito demasiado elevadas. No les exijas demasiado ni grandes resultados. No es el objetivo del deporte a esa edad y les generarás frustración.
- ✓ No utilices su afición al deporte como herramienta de castigo. No trates de resolver otros problemas con la privación de practicar deporte. Cada problema debe solucionarse de manera aislada. Si les privas de hacer deporte estarás perjudicándoles más que ayudándoles.
- ✓ Anímales a continuar practicando deporte toda su vida. Muéstrales todos los beneficios que ello tiene y educales en la constancia y la paciencia por el progreso. Deben saber que la carrera deportiva es larga y que los resultados del trabajo y el esfuerzo nunca lo son a corto plazo.
- ✓ Alaba su esfuerzo y su actitud positiva. Demuéstrales que estás satisfecho de ellos por encima del resultado siempre que compitan de manera honesta y comprometida.
- ✓ Facilita que practiquen el deporte que más les guste. Muéstrales todas las modalidades deportivas que estén a su alcance. No elijas por ellos, se verán presionados y tendrán miedo a decepcionarte.
- ✓ En la medida de tus posibilidades practica deporte con tus hijos. Ellos se verán reforzados y los lazos familiares se estrecharán. Recuerda que tu ejemplo es fundamental para ellos.
- ✓ Incúlcales lo importante de un comportamiento honesto y correcto. Las trampas nunca deben ser el camino y, no debes justificarlas en ninguna situación.
- ✓ Enséñales los peligros de la violencia y lo inútil de esta. No fomentes ni muestres comportamientos violentos con ellos. Sé intransigente con esta exigencia.

- ✓ El deporte no debe ser una imposición. Deben elegir practicarlo libremente. Cuando la práctica deportiva les genere rechazo habla con ellos y analiza las causas, pero nunca impongas su práctica. Será contraproducente y agravará el problema.

CÓMO DEBO COMPORTARME CON EL EQUIPO ADVERSARIO:

- ✓ No olvides que para tus hijos el deporte sólo es un juego. No lo conviertas en una batalla desagradable por el exceso de rivalidad con el contrario.
- ✓ Debes mostrar siempre el máximo respeto frente a los adversarios. Acuérdate que son niños y niñas como tus hijos.
- ✓ La competición es enriquecedora cuando hay un rival al que respetar, conocer y divertirse de manera conjunta. En el deporte en edad escolar el adversario debe ser mi amigo.
- ✓ Bajo ningún concepto debes increpar, insultar o agredir a un adversario o a un familiar suyo. El respeto debe ser máximo. De lo contrario el deporte perderá todo su valor.
- ✓ En la grada se tienen que mezclar las familias. Tus hijos deben sentir que no existe rivalidad entre ellas. Les generarás confianza y bienestar.
- ✓ No confundas el deporte en edad escolar con el deporte profesional. A estas edades la rivalidad no debe ser un elemento del juego nunca. Tus hijos deben practicar deporte para formarse, no para ganar.
- ✓ Al contrario que en el deporte profesional los niños y niñas no necesitan mostrar superioridad frente a sus adversarios. Practican deporte por diversión.
- ✓ Establece relaciones de amistad con las familias de otros deportistas sin importar que sean adversarios. Enriquecerás aún más la formación de tus hijos.
- ✓ Jamás debes menospreciar a un adversario por el hecho de su bajo nivel deportivo.
- ✓ En general nunca hagas comentarios xenófobos ni sexistas, no desprecies a nadie por su sexo, raza o condición.

CUÁL DEBE SER MI RELACIÓN CON LOS ENTRENADORES:

- ✓ Pregunta a los entrenadores cómo puedes colaborar y qué espera de ti para contribuir a la formación de tus hijos.
- ✓ Debes permitir que los entrenadores desarrollen su labor de manera independiente. Nunca debes tratar de dirigir técnica ni tácticamente a tus hijos ni a su equipo.

- ✓ Nunca trates de influir en la labor de los entrenadores, respeta su trabajo y colabora de manera positiva.
- ✓ Interésate y exige una cualificación suficiente de los entrenadores de tus hijos, pero confía en ellos y respeta su labor. De todos modos, si observas alguna actitud o decisión peligrosa para tus hijos, házselo saber al club o entidad.
- ✓ Interésate por la labor y objetivos de los entrenadores. Te ayudará a comprender mejor el deporte y a confiar en su labor.
- ✓ Pide información a los entrenadores sobre todo aquello que te preocupe. Ellos despejarán tus dudas y temores.
- ✓ Cuando observes en los entrenadores algo que no te gusta elige el momento preciso para hacérselo saber, no lo hagas en medio de una competición ni delante de tus hijos.

CÓMO PUEDO COLABORAR CON LOS ÁRBITROS Y JUECES:

- ✓ No existe ningún motivo que justifique que increpes, insultes o agredas a un árbitro o juez. Ni incites ni permitas que otros lo hagan.
- ✓ Debes respetar siempre la labor y las decisiones de los árbitros y jueces y transmitir esto a tus hijos, otros familiares y resto de las familias.
- ✓ En muchas ocasiones los árbitros y jueces de deporte en edad escolar son muy jóvenes, incluso menores de edad. También están aprendiendo. Sé comprensivo con ellos y trátalos como te gustaría que trataran a tus hijos si fuesen árbitros o jueces.
- ✓ Sé comprensivo con los errores que pienses que cometen los árbitros y jueces. Hay que respetarlos incluso cuando se equivocan.
- ✓ Debes presuponer la neutralidad absoluta de las decisiones de los árbitros y jueces. No te dejes llevar por tus impulsos. Ellos solo aplican el reglamento.
- ✓ La labor de los árbitros y jueces es imprescindible para que exista el deporte y fundamental para que se desarrolle con normalidad. Del respeto que le muestren los deportistas, entrenadores y público depende que puedan desempeñar su labor de una manera correcta.
- ✓ No atribuyas la derrota a los árbitros y jueces frente a tus hijos. Echarás por tierra toda su labor y no favorecerás la asunción de responsabilidades de tus hijos.
- ✓ La comunicación con los árbitros y jueces corresponde al entrenador y al club, pero si tienes que dirigirte a un árbitro o juez hazlo de manera educada, sosegada y respetuosa y nunca durante la competición.

- ✓ Nunca disculpes o justifiques una mala acción por el hecho de que no la haya visto el árbitro o juez.

CÓMO PUEDO COLABORAR CON EL CLUB O ENTIDAD DEPORTIVA DE MIS HIJOS:

- ✓ La mayoría de las personas que realizan su actividad en un club deportivo lo hacen de manera desinteresada. Valóralo en su justa medida e implícate todo lo posibles con ellos.
- ✓ Debes apoyar e implicarte en el club o entidad donde tus hijos realizan deporte; colabora en la medida de tus posibilidades y en aquello que puedas ser útil. Estarás apoyando a tus hijos y cundirá el ejemplo entre otros padres. Entre todos mejoraréis la vida de vuestros hijos.
- ✓ Considera al club o entidad donde tus hijos practican deporte como un lugar donde ellos se están formando y otórgale toda la importancia que se merece.
- ✓ Interésate por el club o entidad donde practiquen deporte tus hijos; conoce sus posibilidades, normas de funcionamiento y su estructura.
- ✓ Respeta las normas de funcionamiento y las decisiones del club o entidad. Son para el bien común de todos sus deportistas. Si en algo no estás de acuerdo exprésalo de manera educada, sosegada y respetuosa.
- ✓ Sé exigente con las condiciones de seguridad en las que tus hijos realizan deporte, pero al mismo tiempo implícate para que estas sean las mejores posibles.