

LIGA ATLÉTICA DE ESCUELAS SECUNDARIAS DE MARIN

Guía de participación de los padres

Los padres desempeñan un papel fundamental en el éxito de los jóvenes deportistas. Como seguidores, modelos a seguir y aficionados, su influencia en la experiencia de un estudiante deportista es significativa; las investigaciones demuestran que la participación familiar puede tener un impacto aún mayor en el desarrollo y el disfrute deportivo de un joven atleta que la de los entrenadores.

MMAL anima a todos los padres a contribuir a crear un ambiente positivo que fomente el espíritu deportivo, el desarrollo personal, el trabajo en equipo y un auténtico amor por el deporte. Las siguientes pautas están diseñadas para apoyarlos a usted y a su hijo/a a lo largo de su trayectoria deportiva.

LAS 10 COSAS PRINCIPALES QUE LOS PADRES DEBEN HACER

- Haz que tu apoyo sea incondicional.**
Tu amor y apoyo nunca deben depender de victorias, derrotas, tiempo de juego o rendimiento. Hazle saber a tu hijo que cuenta con tu apoyo incondicional, siempre.
- Apoyar, animar y escuchar.**
Celebra sus éxitos, ayúdalos a superar los desafíos y estate ahí para escucharlos cuando necesiten hablar.
- Mantén la calma y una actitud positiva.**
Demuestra deportividad manteniendo la compostura y el respeto durante los juegos y competiciones. Tu actitud marca la pauta.
- Déjenlos jugar por sus razones.**
Permite que tu hijo practique deportes porque le gustan, no por tus propias expectativas o aspiraciones.
- Fomentar el compromiso y el carácter.**
Reforzar el valor del trabajo duro, la responsabilidad, el trabajo en equipo y el cumplimiento de los compromisos.
- ¡Que el deporte siga siendo divertido!**
El atletismo debería ser una experiencia placentera y gratificante. Cuando deja de ser divertido, es momento de replantearse la situación.
- Apoya a los entrenadores**
Deje que los entrenadores hagan su trabajo. Las instrucciones desde la banda pueden confundir a su hijo y socavar la labor del cuerpo técnico.
- Ten expectativas realistas.**
Los estudiantes deportistas siguen aprendiendo y creciendo. El desarrollo lleva tiempo, tanto dentro como fuera del campo.
- Mantengamos el deporte en perspectiva.**
Interésate por la vida deportiva de tu hijo, al mismo tiempo que apoyas sus estudios, sus amistades y otros intereses.
- Fomentar el buen espíritu deportivo**
Fomentar el respeto hacia los compañeros de equipo, los rivales, los árbitros y el propio juego, tanto en el éxito como en el fracaso.

LAS 10 COSAS PRINCIPALES QUE LOS PADRES DEBEN EVITAR

- 1 Anteponen tus intereses a los de tu hijo.**
La experiencia de tu hijo/a le pertenece. Permítele practicar deportes para su propio disfrute y para alcanzar sus metas personales.
- 2 Presiona a tu hijo para que gane.**
Céntrate en el esfuerzo, el crecimiento y la deportividad, más que en los resultados. Ganar no lo es todo a este nivel.
- 3 Trata el deporte como una inversión.**
Evita hacer que tu hijo se sienta responsable del tiempo, el dinero o la energía que has invertido en su participación.
- 4 Controla cada decisión**
Dale a tu hijo espacio para que tome sus propias decisiones y se responsabilice de su trayectoria deportiva.
- 5 Permitir que el deporte domine su vida**
Fomenta el equilibrio. Los deportes, los estudios, la familia y los intereses personales merecen su espacio.
- 6 Reacciona de forma diferente tras las victorias y las derrotas.**
Mantén un apoyo constante, independientemente del resultado. Tu hijo necesita estabilidad, no aprobación condicional.
- 7 Criticar las actuaciones después de los partidos.**
Tómate un tiempo para reflexionar. Deja que los entrenadores se encarguen del rendimiento deportivo; tu papel es brindar apoyo, no analizar.
- 8 Entrenador desde la banda**
Los mensajes contradictorios desde las gradas son confusos y contraproducentes. Dejemos el entrenamiento en manos de los entrenadores.
- 9 Establecer expectativas poco realistas**
Decirle a tu hijo que "debería" ganar o dominar ejerce una presión injusta sobre los jóvenes atletas que aún están en desarrollo.
- 10 Haz que todas las conversaciones giren en torno a los deportes.**
Apoya a tu hijo en todas sus facetas, no solo en su faceta de atleta.

Juntos creamos una experiencia positiva.

Cuando padres, entrenadores, árbitros y atletas trabajan juntos, el deporte juvenil se convierte en una poderosa herramienta para enseñar liderazgo, responsabilidad, trabajo en equipo, perseverancia y deportividad. Gracias por ayudarnos a crear una experiencia positiva y enriquecedora para todos los estudiantes-atletas de la Liga Atlética de Escuelas Intermedias de Marín.