

DECÁLOGO DE BUENAS PRÁCTICAS EN EL DEPORTE



1. Elección y disfrute de la práctica deportiva que nos gusta.

El deporte es un medio que permite a nuestros hijos ocupar su tiempo libre de forma positiva.

Busca deportes que se amolden a sus características personales, respetando el gusto y el interés de los pequeños, y nunca obligándoles a que hagan alguna actividad deportiva que no les guste.

Antes de forjar una carrera deportiva, lo que prevalece es la diversión y la serie de beneficios que se logran con el deporte. El forzar a un niño a practicar una actividad deportiva puede tener un efecto contraproducente de rechazo, por lo que es preferible utilizar el estímulo como principal herramienta para que se haga la actividad física necesaria.

2. Promoción del deporte como instrumento educativo.

El deporte es un medio extraordinario para proporcionar una educación integral en los jóvenes durante su periodo formativo, ya que desarrolla la capacidad de movimiento, habitúa a la relación con los demás y a la aceptación de las reglas, a la vez que estimula la superación de uno mismo y la motivación a través de la competición.

Para ello se deberá utilizar una pedagogía constructivista que centre su importancia en el proceso y se sirva del deporte como un medio para desarrollar los aspectos psicomotrices, cognitivos y socio-afectivos.

Defiende la práctica deportiva que contribuya a mejorar las actitudes y comportamientos de los niños y niñas; sirviendo como medio apropiado para conseguir valores de desarrollo personal y social en nuestros deportistas.

3. Consideración de la práctica deportiva como motor para una vida saludable.

Unos buenos hábitos son indispensables para hablar de un estilo de vida saludable basado en aspectos como la alimentación, el ejercicio físico, el descanso o la actividad social.

El deporte es una buena vía para potenciar estos hábitos de vida saludable; entendiendo que un buen deportista no lo es únicamente en el terreno de juego, si no en su vida diaria; por lo que se fomentará la presencia de actitudes saludables tanto en nuestras actividades deportivas como fuera de ellas.

4. Técnicos y personal deportivo responsable.

El personal de las instalaciones y actividades deportivas debe disponer de la cualificación y titulación correspondiente a su actividad profesional y actualizar sus conocimientos para la mejora del servicio a desarrollar.

Serán los principales responsables de su grupo de deportistas, siendo un ejemplo para estos.

Tendrá el deber de conocer y respetar las reglas, actuando con honestidad y responsabilidad, aplicando las normas metodológicas y criterios técnicos adecuados a los objetivos perseguidos, adaptando los entrenamientos a las características de cada deportista y brindando las mismas oportunidades a todos ellos.

5. Respeto por todos los participantes.

El comportamiento ético es esencial en la actividad deportiva, por lo que deberá concederse una prioridad absoluta al juego limpio; promulgando actuaciones decididas contra la trampa y la adulteración de cualquier índole en las actuaciones deportivas.

Se asumirá la responsabilidad de favorecer la adopción de criterios éticos en todos los ámbitos del deporte, haciendo del juego limpio y del respeto hacia todos los agentes implicados (adversarios, compañeros, técnicos, árbitros, organización) un elemento primordial de toda práctica deportiva.

6. Rechazo de cualquier forma de violencia o comportamientos incorrectos.

La violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia constituyen en la actualidad una amenaza para el deporte y las funciones sociales que este cumple.

El deporte base, como generador de futuros deportistas y espectadores deberá cumplir una función educativa, fundamental para reducir los sucesos violentos en los terrenos de juego.

Además, el resto de agentes implicados en la práctica deportiva deberán censurar cualquier comportamiento incorrecto ya sea por el público o los participantes; recuerda que el silencio ante actos violentos puede permitir que vuelvan a suceder.

7. Práctica deportiva en instalaciones y entornos seguros.

Todas las personas tienen derecho a que las instalaciones y equipamientos deportivos cuenten con las debidas garantías de seguridad, calidad y accesibilidad.

En la medida en que las instalaciones deportivas reúnan las condiciones básicas para el disfrute de todas las personas para una práctica segura y funcional, se estará contribuyendo de forma decidida a su calidad de vida.

8. Cuidado y respeto hacia las instalaciones deportivas.

Hacer un adecuado uso de las instalaciones y respetar el material y los equipamientos deportivos, colaborando en su mantenimiento será indispensable para mantener la calidad y aumentar la durabilidad de las infraestructuras deportivas existentes; especialmente en los espacios naturales habilitados para la práctica del deporte y la actividad física.

El sentido de responsabilidad y las adecuadas medidas de seguridad, son requisitos esenciales para el correcto uso de las instalaciones deportivas.

9. Adaptación a la diversidad.

Se deberá propiciar la oferta de instalaciones y actividades físicas y deportivas adaptadas a todas las personas en igualdad de condiciones, sin exclusión.

Respecto a las personas con algún tipo de discapacidad estas medidas deberán favorecer el descubrimiento de sus posibilidades; siendo por otro lado una manera de concienciar a la sociedad acerca de las dificultades y las necesidades que tienen estos colectivos; intentando poner el énfasis en sus capacidades y no en sus limitaciones.

10. Apoya a tus hijos en su práctica deportiva.

Es idóneo que los padres se involucren en la actividad deportiva de sus hijos, acompañándoles a las competiciones y atendiendo a sus actuaciones y no a sus resultados, enseñándoles que el esfuerzo es tan importante como la victoria.

Muéstrales el interés que tiene la práctica deportiva y motívalos hacia ella, no cometiendo el error de castigarlos sin deporte, ya que este les ayudará a estructurar su rutina. Enséñales a respetar a todos los agentes implicados en la práctica deportiva a través del ejemplo.

La felicidad de los niños está por encima de todo; por lo que divertirse será el principal objetivo en sus actividades deportivas.