



[www.ciudadjardinef.es](http://www.ciudadjardinef.es)  
[info@ciudadjardinef.es](mailto:info@ciudadjardinef.es)  
Tlf y Fax: 968 53 26 17

**UPCT Ciudad Jardín**  
C/ Carmen Conde S/N  
30.204 Cartagena (Murcia)



## **SUGERENCIAS PARA PADRES Y MADRES**

Estimados/as padres y madres:

Como muy bien sabéis, **la práctica del fútbol es una herramienta muy eficaz para educar a nuestros jóvenes**, pues les inculca de una forma dinámica y divertida distintos valores (**esfuerzo, respeto, tolerancia, solidaridad, trabajo en equipo, sacrificio, superación de la adversidad...**) y normas sociales (**aceptación de reglamentos y reglas**) que luego les resultarán de gran utilidad en su vida personal si son aprendidos adecuadamente.

Sin embargo, en una gran cantidad de competiciones deportivas, **parece que lo único que importa es el hecho de ganar, cuando en realidad, en estas categorías, debería ser un objetivo secundario**, ya que una excesiva presión al deportista por progenitores o entrenadores puede hacer que la actividad deportiva llegue a perder su carácter formativo y el/la joven deportista pierda la ilusión y deje de practicarlo en la adolescencia.

El fútbol es un deporte de equipo, y como tal, necesita de vuestra aportación para conseguir los objetivos educativos que todos nos proponemos y que son tan necesarios en nuestra sociedad. **Vuestro papel para intentar conseguir una actividad deportiva positiva para vuestros hijos es fundamental y necesario**. Por este motivo, permitidnos que establezcamos algunas sugerencias, sobre cómo desarrollar acciones concretas que faciliten que vuestros hijos se sientan a gusto practicando deporte. Esperamos sinceramente que os sean útiles y los pongáis en práctica.

### **EN LOS ENTRENAMIENTOS**

- **Confía en el trabajo de los entrenadores**. Piensa que ellos son los mejor preparados para formar a tu hijo en el deporte.
- **Disfruta como observador neutral** cuando lleves a tu hijo a entrenar ofreciéndole tranquilidad y apoyo.
- Cada Escuela tiene un Director Deportivo, apóyate en su experiencia y buen hacer, puesto que todos son niños de su Escuela.

### **ANTES DE LOS PARTIDOS**

- Recuerda que el principal motivo por el que tu hijo juega es divertirse. **El resultado no es lo único importante**.
- **Demuéstrale tu apoyo** positivo pero sin presionarle en exceso.
- **Tranquilízale si está nervioso**, es una actividad más de las que realiza en la semana y será el entrenador quien graduará la "excitación" previa antes de comenzar el partido.

### **DURANTE LOS PARTIDOS**

- Anima a tu hijo aplaudiendo también los esfuerzos y buenas actuaciones de sus compañeros y **disfruta del buen juego del otro equipo**.
- **No le grites por cometer errores**. Es mejor que le elogies dándole ánimos con comentarios positivos.
- Delega en el entrenador la dirección del partido. Facilita su labor sin interferir en su trabajo. Da ánimos y **no intentes hacer de "entrenador"** puesto que esto confunde a tu hijo y sus compañeros.
- **Respetar las decisiones del árbitro** y alienta a los otros padres a que también lo hagan. El árbitro también está haciendo deporte, es el juez imparcial del partido y también está formándose y aprendiendo.
- **Rechaza el uso de cualquier forma de violencia o de comportamiento incorrecto**, ya sea generado por el público o por los propios participantes. Reflexiona sobre las consecuencias de tus acciones y comentarios, que son observados en primera persona por tu hijo y sus amigos. No hagas o digas nada de lo que después tengas que arrepentirte.



UPCT Ciudad Jardín





[www.ciudadjardinef.es](http://www.ciudadjardinef.es)  
[info@ciudadjardinef.es](mailto:info@ciudadjardinef.es)  
Tlf y Fax: 968 53 26 17

**UPCT Ciudad Jardín**  
C/ Carmen Conde S/N  
30.204 Cartagena (Murcia)



### **DESPUÉS DE LOS PARTIDOS**

- Resalta el esfuerzo como auténtico criterio de éxito, esa es la verdadera victoria del auténtico deportista. De esa forma aprenderá sin exageraciones a valorar los triunfos y a aprender de las derrotas, puesto que a **quien se esfuerza al máximo honradamente no se le puede pedir más.**
- **Valora lo que realmente es importante** en el Fútbol: la amistad, la diversión por el juego, la mejora técnica, el progreso físico y la salud.

### **CUANDO LAS COSAS NO SALEN BIEN**

- Intenta ser objetivo. **Controla la tendencia a dar siempre la razón a tu hijo.** Seguro que si no juega tanto como a ti te gustaría hay motivos que el Director y entrenador no tendrá ningún inconveniente en explicarte.
- Haz ver a tu hijo que aprender a hacer frente a esas situaciones forma parte de su cometido, ese será un aprendizaje de la vida.
- **Anímale a que no se rinda, mostrándole cariño, comprensión y apoyo cuando pase por un mal momento.**

Aunque nadie nace sabiendo ser padre ni madre, sabemos que lo puedes hacer. **Ten en cuenta que tus acciones y valores son un modelo a imitar para tu hijo.** La repercusión positiva o negativa que puede tener el deporte en tu hijo está en gran medida influenciada por el enfoque que tú le des. Hemos pretendido ofreceros una serie de sugerencias porque estamos absolutamente convencidos de que siguiéndolas descubrirás el mayor tesoro que puedes dejar como herencia a tu hijo futbolista: **favorecer su autoconfianza y mejorar su autoestima practicando deporte de una forma sana y saludable.** Recuerda que los máximos responsables de la educación de sus hijos son sus padres y madres.

**David Boillos, Área de Psicología**  
“La excelencia del fútbol formativo”



UPCT Ciudad Jardín

