



Judo en el XVIII Festival Deportivo organizado por FAPA "Galdós" de Gran Canaria

Las familias y la promoción del deporte en edad escolar

Laura Carbonero

Maestra de Educación Física. Licenciada en Pedagogía. Diploma de Estudios Avanzados en Educación Física y Deporte. UAB

María Prat Grau

Profesora Titular Facultad de Ciencias de la Educación. UAB

Este artículo expone de manera breve qué papel juegan las familias en la práctica deportiva de sus hijos e hijas. Destaca la influencia que padres y madres tienen a la hora de promover e incentivar la actividad física entre los escolares, y les ofrece una serie de pautas y orientaciones. Por último, destaca la importancia de establecer lazos de comunicación y colaboración entre las familias y los responsables de la educación deportiva de sus hijos, ya sea dentro o fuera del contexto escolar.

La familia como primer agente socializador... también en el deporte

La socialización de los niños y niñas se distingue por la presencia de tres agentes socializadores básicos: familia, escuela, y grupo de iguales, por este orden. A través de las vivencias y aprendizajes realizados en estos entornos, los niños se desarrollan física, psíquica y socialmente. Configuran su carácter, experimentan situaciones diversas (entre ellas, las motrices), y se establecen sus hábitos y preferencias.

En la práctica deportiva, la influencia de estos agentes sigue los mismos parámetros, y suele ser la familia quien introduce al niño en el mundo de la actividad física y del deporte. Padres y madres son los primeros agentes socializadores deportivos, y de ellos es la responsabilidad de proporcionar a sus hijos las primeras experiencias deportivas acercándolos al deporte de manera sana y positiva.

Influencia de las familias en la práctica deportiva de los escolares

Los estudios sobre los hábitos deportivos de los escolares consideran clave el papel de las familias. Padres y madres son un modelo también en la práctica de actividad física, siendo habitualmente los hijos procedentes de entornos con un estilo de vida activo y saludable, los que más posibilidades tienen de tomar contacto con el deporte y de seguir practicándolo en un futuro, sin que ello sea una garantía de que siempre sea así.

La concepción que los niños tengan del deporte dependerá, en gran medida, de la manera cómo se lo hayan presentado en casa, de las condiciones en que se desarrollen sus primeras experiencias deportivas, y del modelo ofrecido por los adultos. Tanto es así, que los expertos hablan de un "clima motivacional" creado por la familia, del cual se distinguen dos tipos:



Fútbol femenino, promovido por el AMPA Tiora del CEIP Los Almendros de Guaro (Málaga)

1. Clima *orientado a la tarea*: familias que refuerzan positivamente a sus hijos en los éxitos pero también en los fracasos deportivos, los animan a seguir y a disfrutar de la actividad física. No les presionan, no les hacen compararse con los demás, ni centran la atención en el resultado final o superación del adversario. Lo importante es la capacidad de esfuerzo y de superación personal.
2. Clima *orientado al ego*: familias que valoran única y exclusivamente los resultados y éxitos deportivos, adoptando actitudes críticas y negativas en las derrotas. Favorecen la competitividad como único objetivo, y provocan en sus hijos sensaciones de estrés y ansiedad. Suelen aparecer entonces sentimientos de frustración y rechazo hacia la práctica deportiva, y un posible abandono prematuro de ésta.

Si el objetivo es promover la actividad física entre los escolares, es necesario que los adultos (aquí, las familias) adopten actitudes propias de un clima motivacional orientado a la tarea. Un clima positivo y de confianza, donde los niños que hacen deporte se sientan satisfechos, valorados y motivados para continuar practicándolo.

Especialmente en los primeros años, los niños se forman una imagen de sí mismos en función de lo que perciben de sus padres y madres. Este procedimiento es idéntico en el caso de la práctica deportiva: los niños captan las expectativas que sus pro-

genitores depositan en ellos (sean positivas o negativas), y en función de esto se forman su autoconcepto y su percepción de competencia motriz. En este caso, es necesario que las familias establezcan un refuerzo positivo y que muestren interés por los progresos del niño que practica deporte, por sus sentimientos y sus emociones a lo largo de la práctica deportiva. A la vez, es importante no establecer comparaciones ni con los iguales ni con las posibles experiencias deportivas anteriores del padre, madre, o de otro familiar más o menos próximo al escolar. Esto último adquiere especial relevancia cuando encontramos a padres y/o madres que depositan en la práctica deportiva de sus hijos unas expectativas desmesuradas. Expectativas que habitualmente no responden al interés y bienestar de éstos, sino más bien a frustraciones pasadas de los propios padres, que ven equivocadamente en sus hijos una prolongación de ellos mismos.

Estas orientaciones se suman a las de Cruz (2001) y Carbonero, Prat & Comino (2010), y se presentan ahora en forma de decálogo para las familias interesadas en promover la práctica deportiva de sus hijos:

Favorecer la participación deportiva de los hijos...

1. Mostrándoles las diferentes opciones (diferentes deportes), sin presionarles en su elección. Buscando con ellos la oferta deportiva disponible y más adecuada.

Ejercer de modelo...



Torneo donde compete el alumnado de todos los centros educativos de Valladolid que realizan la actividad extraescolar de esgrima

2. Dándoles ejemplo de estilo de vida activo y saludable, a través de la práctica regular de actividad física. Aprovechando los momentos de ocio para practicar deporte en familia.

Ayudar en la elección del deporte...

3. Teniendo en cuenta los gustos e intereses del niño, su edad y características personales (físicas y caracteriales), y estableciendo compatibilidades o incompatibilidades con el tipo de deporte (individual/colectivo, de más o menos contacto, etc.)
4. Reflexionando juntos sobre el modo de practicarlo: ¿el niño quiere probar un deporte, o participar en varios? ¿quiere jugar a nivel recreativo o federado?

Informarse previamente de...

5. El tipo de entidad deportiva: ¿es en la misma escuela? ¿o se trata de un club privado?
6. La formación y nivel de competencia pedagógica y técnica de los responsables.
7. Otros: proximidad, horarios, coste económico, etc.

Cuando el niño/a ya practica...

8. Interesándose por su actividad deportiva, más allá del resultado final y haciendo hincapié en la diversión, el esfuerzo y la mejora personal. Participando y colaborando con los responsables deportivos, sin interferir por ello en su trabajo.
9. Ejerciendo de ejemplo en los entrenos y encuentros deportivos, promoviendo los valores educativos del deporte como el juego limpio, la cooperación y el respeto por los demás. Asegurándose que la práctica deportiva de sus hijos se basa también

en el trabajo de estos valores, y que se lleva a cabo de manera saludable a través de una metodología lúdica, participativa y respetuosa con las características y necesidades de los practicantes.

10. Recordando siempre que llegar al nivel de competición sólo debe ser una consecuencia más de la práctica deportiva regular, pero nunca la razón de ser de ésta (López Ros, 2009).

Es oportuno hacer aquí una breve referencia al tema del género, porque a veces padres y madres valoran la habilidad deportiva de sus hijas significativamente por debajo de la de sus hijos. De esta manera, los chicos suelen tener mayores oportunidades de práctica deportiva que no las chicas. Esto requiere de la sensibilización por parte de las familias, pues aunque hombres y mujeres somos diferentes, dichas diferencias son mínimas cuando hablamos de niños y niñas, y no se hacen evidentes hasta la etapa de la pubertad. Además, es necesario atender a los intereses de chicos y chicas intentando superar los posibles estereotipos y situaciones de discriminación por cuestiones de sexo todavía muy presentes en la actividad deportiva.

El tema se vuelve todavía más complejo cuando hablamos de niños y niñas con algún tipo de discapacidad, o cuando aparecen las influencias de otros agentes socializadores como el grupo de iguales o los medios de comunicación. Estos son temas de gran interés en el ámbito de la pedagogía deportiva, que merecerían un capítulo aparte, y que actualmente representan el objeto de estudio de diferentes investigaciones.



III Carrera Popular organizada por el AMPA del Colegio Gaudem de Madrid

Las familias a la hora del partido

En la práctica deportiva de los escolares, es imprescindible la comunicación positiva entre las familias y los responsables deportivos. De hecho, Cruz (2001) habla de un "triángulo deportivo" formado por los padres/madres, los entrenadores y el niño/a que practica deporte:

Triángulo deportivo, basado en Cruz (2001)



Esta interacción triangular conlleva que padres y madres puedan, y deban, participar de la práctica deportiva de sus hijos. Pero antes, es interesante que como padres hagan una autovaloración de los propios comportamientos y conductas. Se identifican unos perfiles concretos de padres, y en este caso se destaca la clasificación realizada por Prat & Ventura (2010):

- **Padres entrenadores auxiliares:** interfieren inadecuadamente en el trabajo de los responsables deportivos, desorientan a sus hijos y al resto de escolares.

- **Padres hipercríticos:** excesivamente exigentes con sus hijos, los presionan y crean situaciones de estrés y ansiedad. Comentan sólo los aspectos a mejorar.

- **Padres chillones:** gritan, insultan y pierden los papeles. Avergüenzan a sus hijos.

- **Padres sobre-protectores:** temerosos de cualquier percance en la práctica deportiva de sus hijos. En extremo, esta conducta provoca inseguridad y falta de autonomía en los escolares.

- **Padres desinteresados:** no muestran interés ni valoran la práctica deportiva de sus hijos. No participan en ella, no preguntan a sus hijos y no suelen acudir a los encuentros deportivos. Si lo hacen, no prestan demasiada atención.

- **Padres formadores:** conscientes de la importancia de la práctica deportiva en el desarrollo de sus hijos. Participan de ella, animan a sus hijos a seguir y respetan siempre su ritmo. Hacen comentarios en positivo, se relacionan con los responsables deportivos y muestran conductas cívicas y de respeto. El perfil de familias formadoras es una de las mejores garantías a la hora de promover el deporte entre los escolares. De su implicación, y de su colaboración con los responsables deportivos, dependerá una parte importante de los beneficios que la actividad física y el deporte puede proporcionar a sus hijos.

“Encontramos a padres y/o madres que depositan en la práctica deportiva de sus hijos unas expectativas desmesuradas y que no responden al interés y bienestar de estos.”