

Amb aquest article dedicat als aficionats (i lògicament als pares i mares perquè el primer aficionat de l'infant és la seva família) pretenem que el Club Bàsquet Pla sigui un exemple pels altres. Per mor d'això vos agrairia que 'perdéssim' uns minuts llegint les següents línies i així créixer com a afició i com a formadors-educadors.

Gràcies per ser-hi!

Esper que ens serveixi per reflexionar

DIRECTRICES PARA LOS PADRES DE MINIBASKET Y BALONCESTO PARA AYUDAR A SUS HIJOS

Artículo de la Comisión de Minibasket de la FIBA, que posiblemente sea conocido por muchos de ustedes.

Cada día más niños practican deporte y muchos quieren jugar al Mini-Basket o Baloncesto en la escuela, en centros de deportes o de juventud, en terrenos en el aire libre y a menudo en casa. Nunca se ha puesto en duda la importancia del deporte y de actividades recreativas en la vida del niño, pero lo más importante es DISFRUTAR.

A todos los dirigentes y profesores de Mini-Basket y Baloncesto, queremos llamar la atención sobre la importancia de:

- El desarrollo del niño de 6 a 14 años.
- Tener en cuenta que los chicos y chicas no son pequeños adultos, no piensan como adultos.
- Tener conciencia de que los niños tienen otra idea del juego que los adultos.
- Saber que los niños quieren gustar a sus dirigentes, profesores, entrenadores y padres.
- Saber que esperan de ellos felicitaciones y ánimos.
- Entender que los jóvenes no buscan naturalmente la victoria.
- Saber que disfrutan estando con sus amigos.

Todos los chicos y chicas necesitan el APOYO de sus padres. Algunos padres ayudan llevando a su niño a las sesiones de Mini-Basket y Baloncesto y recogéndole, a algunos, les gusta quedarse y observar. Hay también algunos que quieren ayudar de manera más práctica a los dirigentes, profesores y entrenadores. Otros se conforman con que los niños traigan más ropa sucia y efectúen comidas irregulares.

Muchas veces se nos pregunta `¿Cómo puedo ayudar a mi hijo para que disfrute del deporte?` o `¿Cómo puedo ayudar a mi hijo para que haga progresos en el deporte?`

Los niños se desarrollan de manera tan diferente, hasta en una misma familia, dos niños o más serán muy diferentes.

Estas directrices tienen como objetivo ayudar a los padres, esperamos que lo encontrarán pertinente para apoyar a su hijo, para que disfrute jugando al Mini-Basket o al Baloncesto.

Se saca de la gran experiencia de padres, entrenadores, profesores, oficiales y administradores. El Mini-Basket y el Baloncesto se juega en más de 200 países a través del mundo. Millones de niños y niñas juegan y disfrutan del juego cada semana.

¿COMO PUEDE AYUDAR?

Conozca a los profesores, entrenadores y dirigentes de Mini-Basket o Baloncesto de su hijo.

El o ella pasará mucho tiempo con su hijo o hija para desarrollar su interés y capacidades. No dude preguntar si el entrenador tiene la cualificación para trabajar con los niños en Mini-Basket o Baloncesto y si el club tiene una política sana y segura y una política de protección del niño. Mire también si los `asistentes` siguen un programa de desarrollo y formación personal. Establezca una comunicación regular.

No dude consultar el profesor, entrenador o dirigente para preguntar como progresa su hijo. Cada entrenador cualificado debería tener un programa bien pensado para el desarrollo de cada jugador y sus experiencias de competición.

Respecto a la opinión del entrenador, profesor o dirigente. No dude avisarle si ve signos de cansancio por parte de su hijo. Algunas veces, el cansancio o la dificultad no vendrá del Mini-Basket o el Baloncesto, pero podrá afectarle.

Dedíquese a animar a su hijo, y no a darle ordenes técnicas o tácticas, para eso está el entrenador, ya que puede darle a su hijo ordenes incorrectas y crear en éste confusión.

Evite siempre criticar al entrenador, al profesor o al dirigente:

- a su hijo
- delante de su hijo
- delante de otros padres o jugadores.

Anime a su hijo a participar a las sesiones de entrenamiento y de fitness regularmente.

Si debe perder una sesión, hay que presentar disculpas al entrenador, profesor o dirigente lo antes posible. Si el entrenador lo sabe con antelación, eso le ayudara para preparar la sesión.

Felicite y recompense a su hijo cuando juegue bien y anímele cuando esté decepcionado:

- Ayúdele a ser realista
- dele buenos consejos.
- Anímele a trabajar duro para hacerlo lo mejor que pueda. Es mas importante que ganar.
- Pregunte `¿Te ha gustado?` No es un pecado perder. Debe haber un perdedor. Estaría bien que conteste `HE JUGADO MEJOR HOY`. Lo mismo evite preguntar `¿Has ganado?`
- Evite criticar una `mala` actuación. Intente halagar primero luego explique como se podría mejorar la próxima vez.
- Hable de los problemas que le afectan. No le deje hacerse una montaña de estos, resuélvalo con quietud y sin pánico.
- Los entrenadores y profesores suelen reaccionar diciendo `Tenemos un problema. ¿Podemos encontrarnos para resolverlo?`

Recuerde que el partido no se puede jugar sin arbitro.

- No anime las criticas contra los árbitros. En Mini-Basket o Baloncesto, se considera a los árbitros como AMIGOS. Recuerde que sacrifica parte de su tiempo para ayudar a que su hijo y otros jueguen el partido de manera justa y honesta.
- No hay sitio para un mal comportamiento, trampas o insultos por parte de los jugadores, entrenadores o padres.
- Si se insulta a los árbitros los niños perderán la atención en el partido y tomarán mal ejemplo de sus padres. TRABAJOS PARA PADRES

Hay a menudo trabajos de los que los padres pueden encargarse en un club bien administrado:

- secretaria del club
- coordinador de transporte
- supervisor de refrescos
- cronometrador o marcador
- editor y productor del boletín

PENSAMOS QUE LOS OBJETIVOS DEL MINI-BASKET y BALONCESTO SON:

- Dar placer a los niños haciéndoles disfrutar jugando.
- Mejorar sus prestaciones para que lleguen a un mejor nivel.
- Trabajar con otros miembros del equipo o del club para ayudarles a mejorar también.
- Hacerse muchos amigos en un ambiente amigable, correcto y seguro.
- Formarse como persona.

COSEJOS SOBRE ALIMENTACIÓN PARA DEPORTISTAS Y PADRES DE DEPORTISTAS:

- El niño debe tener una alimentación sana y equilibrada, sin exceso de grasas.
- El día del partido es conveniente que el niño coma al menos dos horas antes de la hora en que se queda para jugar.
- Es conveniente que se coma pasta antes del partido, así tendrá aportes energéticos para la disputa del mismo, no se sentirá pesado y tendrá una buena digestión de los alimentos.
- De postre puede tomar plátanos y un puñado de frutos secos (anacardos, cacahuets, almendras, pistachos), ya que estos le darán mucha energía.

¡ESPERAMOS VUESTRO APOYO!