

# REPORT to PARENTS

RP 26:8

## Sports and Sportsmanship

Children's sports should be fun, fulfilling, and teach good sportsmanship. Sometimes, however, competitive and assertive adults can undermine these goals and ruin the child's experience. The key is to make sure everyone involved is supportive of the child and practices good sportsmanship. Here are some tips:

- **Let children choose.** Make sure that your child chooses which sports to try. Parents can unknowingly pressure their children to live up to their athletic dreams or accomplishments.

- **Encourage variety.** Getting too wrapped up in a single sport at a young age may lead to emotional and physical problems as your children grow. Also, parents who have invested a lot of time and money in one sport, may prevent their children from trying something new. A better idea is to try a variety of sports and see what "clicks"—all the while knowing that your child's interests may change.

- **Look for the right fit.** Take extra time matching your child with the right team and league. For younger children, focus on leagues that emphasize gaining skills rather than competition. As your child progresses, he or she may want to register for more competitive leagues.

- **The coach is key.** Do your homework when it's time to match your child with a coach by talking to other parents and children. Concentrate on how the coach makes the children feel, how much they're learning, and how much fun they are having, instead of on the win-loss record.

- **Keep disappointment to yourself.** Every child feels down when they he or she has a bad day on

the field or court. Don't let them feel they've disappointed you. Remember that frustrated or disappointed children need you to be understanding and encouraging. Also, try to avoid making negative comments or even "helpful criticism" immediately following an event. Leave a little time so that everyone has a chance to get some perspective.

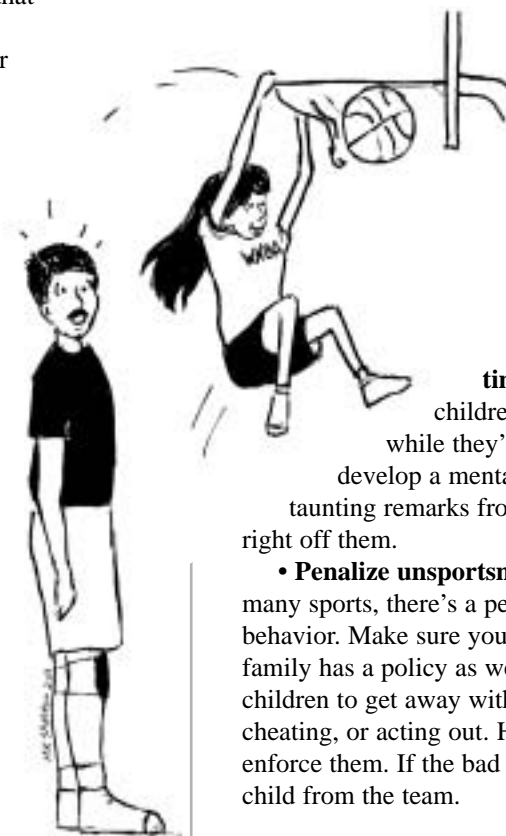
- **Have the coach talk to parents who are over-the-top.** There's often at least one parent who

seems unable to control his or her outbursts during games. Rather than handling it yourself, speak with the coach. Ask him or her to sit down and discuss how the negative actions make other parents and children feel.

- **Tune out game-time criticism.** Teach children to tune out criticism while they're playing. Help them develop a mental shield, so that any taunting remarks from the audience bounce right off them.

- **Penalize unsportsmanlike conduct.** As in many sports, there's a penalty for unsportsmanlike behavior. Make sure your children know that your family has a policy as well. Never allow your children to get away with name-calling, dirty play, cheating, or acting out. Have firm rules in place and enforce them. If the bad behavior persists, pull your child from the team.

Finally, don't push your child. It would be amazing if your child became an Olympic star or professional athlete. But remember that the chances of that occurring are slim, even for children who excel at a young age. Encourage their ambition, but understand that the main reasons to get involved in sports are to learn teamwork, have fun, get fit, and make friends.





# INFORME a los PADRES

RP 26:8

## Los Deportes y la Deportividad

Los deportes para los niños deben ser entretenidos, servir como una fuente de satisfacción, y enseñar la deportividad. Sin embargo, a veces los adultos competitivos y agresivos pueden socavar estas metas y arruinar la experiencia del niño. La clave es de asegurarse que todas las personas involucradas apoyen al niño y practiquen la deportividad. Aquí hay algunos consejos:

- **Deje que los niños elijan.** Asegúrese de que su niño elija cual deporte desea probar. Sin darse cuenta, los padres a veces pueden presionar a sus niños a vivir sus sueños o realizaciones atléticas.

- **Anímelos a probar una variedad de deportes.** El enredo demasiado en un sólo deporte a una edad temprana puede resultar en problemas emocionales y físicos a medida que crecen sus niños. Además, los padres que han invertido mucho tiempo y dinero en un deporte pueden prevenir que sus niños prueben algo nuevo. Sería una mejor idea si sus niños pudieran probar una variedad de deportes y ver lo que les hace tener éxito—sabiendo que pueden cambiar los intereses de su niño.

- **Busque algo que calce bien.** Tome tiempo adicional para calzar su niño con el equipo y liga correcta. Para los niños menores, concéntrese en ligas que enfatizan ganar destrezas en lugar de competir. A medida que su niño progrese, él o ella podría desear registrarse en ligas más competitivas.

- **El entrenador es la clave.** Haga sus tareas cuando sea tiempo de encontrar el entrenador apropiado por medio de hablar con otros padres y niños. En lugar de sólo considerar el récord de ganancias y pérdidas, concéntrese en cómo el entrenador hace sentirse a los niños, cuanto están aprendiendo, y cómo se están divirtiendo.

- **No demuestre las desilusiones.** Todos los niños

se sienten deprimidos al tener un mal día en la cancha. No deje que piensen que usted está desilusionada. Recuerde que los niños frustrados o desilusionados necesitan que usted los comprenda y anime. Además, evite hacer comentarios negativos o aún tratar de ayudar por medio de criticar inmediatamente después de un evento. Deje pasar un tiempo para que todos tengan la oportunidad de

lograr una mejor perspectiva.

- **Deje que el entrenador hable con padres que se han pasado más allá de lo correcto.** Durante los partidos, siempre hay por lo menos un padre que parece no poder controlar sus arranques emocionales. En lugar de tratarlo usted misma, hable con el entrenador. Pídale que se sienta y discuta cómo las acciones negativas hacen sentirse a

los otros padres y niños.

- **Ignore las críticas durante el partido.**

Enséñele a los niños a ignorar las críticas mientras juegan. Ayúdeles a desarrollar una defensa mental, para que cualquier comentario burlesco de la audiencia rebote en su contra.

- **Castigue conducta que indique poca deportividad.** Igual que muchos deportes, hay una pena por poca deportividad. Asegúrese de que sus niños sepan que su familia también tiene tal política. Nunca permita que sus niños llamen nombres, jueguen sucio, hagan trampas, o actúen en forma desleal. Haga reglas firmes y refuércelas. Si la mala conducta persigue, saque a su niño del equipo.

Finalmente, no empuje a su niño. Sería fascinante si su niño pudiera ser una estrella Olímpica o atleta profesional. Pero recuerde que las probabilidades de que esto ocurra son pequeñas, aún para los niños que juegan muy bien a una edad temprana. Anímelos a trabajar para lograr sus ambiciones, pero comprenda que las razones principales para participar en los deportes son para aprender a jugar en equipo, divertirse, ponerse en forma, y formar amistades.

