

# Familias que educan en positivo en el deporte

## **GARANTIZAR A LOS HIJOS E HIJAS UN ENTORNO DEPORTIVO SEGURO Y SALUDABLE**

- *Las necesidades básicas en la infancia y adolescencia*
- *Desarrollo físico, psicológico y social en la infancia y adolescencia*
- *Los derechos de la infancia y adolescencia*

## **CONSTRUYENDO ESPACIOS DEPORTIVOS DE BUEN TRATO**

- *Pautas de prevención para la construcción de entornos seguros*
- *Pautas de prevención ante la violencia sexual*
- *Pautas de prevención ante las tecnologías de la información y la comunicación (TIC)*
- *Detección de conflicto y violencia*
- *Intervención ante casos de violencia*

## **FAMILIAS QUE EDUCAN EN Y DESDE EL DEPORTE: LA PARENTALIDAD POSITIVA**

- *La importancia de la familia en el deporte*
- *Parentalidad positiva*
- *Fomento de la autonomía en el deporte*
- *Acompañamiento y motivación en el deporte*
- *Promoción de actividad deportiva en familia*

## **PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN ENTORNOS 4P+**

- *Promover la salud mental en la familia*
- *Promoción de la salud mental en personas menores de edad*

## **AUTOEVALUACIÓN Y PROTECCIÓN**



## FAMILIAS QUE EDUCAN EN POSITIVO EN EL DEPORTE.



***El propósito principal de este espacio de encuentro es aportar a las familias las herramientas y conocimientos necesarios que les permitan colaborar en los espacios deportivos de sus clubes y equipos para que sean los que todos y todas queremos: espacios seguros y saludables. La participación en actividades deportivas puede ser una experiencia sumamente beneficiosa para niños, niñas y adolescentes. No solo les permite desarrollar habilidades físicas, sino que también les brinda la oportunidad de crecer emocional y socialmente. Además, fomenta valores esenciales como el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto hacia los demás.***

El Proyecto Entornos 4P+ es una iniciativa diseñada para crear y mejorar entornos deportivos positivos y seguros. Un entorno 4P+ tiene el objetivo de:

- **Proteger** a las personas que practican deporte y que utilizan las instalaciones deportivas.
- **Prevenir** situaciones de riesgo.
- **Promover** valores sociales.
- **Participar** de todo el sistema deportivo.

Para lograr estos objetivos, la familia de los y las deportistas deben adoptar valores, actitudes y conductas que garanticen entornos seguros para la protección de menores en el deporte, en los que se respeten los derechos de la infancia, tal como establece la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), y, en consecuencia, los derechos humanos.

En esta línea, la Ley Orgánica de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia (LOPVI) establece un marco legal en España para proteger a niños, niñas y adolescentes de cualquier forma de violencia. Resalta el papel de padres, madres y de la comunidad deportiva como agentes protectores, quienes, a través de su implicación activa, pueden crear entornos seguros y saludables para la práctica deportiva.

A partir de la reflexión anterior, surgen muchas preguntas a las que queremos dar respuesta: ¿cómo practicamos deporte los y las responsables de la educación de las personas menores de edad? ¿Cómo vivimos junto a ellos y ellas las diferentes situaciones?

¿Qué actitudes, emociones y conductas de las personas adultas están presentes? ¿Qué procesos de comunicación se establecen en esas situaciones?... Estas y otras muchas cuestiones son fundamentales para entender cómo se vive la práctica deportiva de niños, niñas y adolescentes.

A pesar de los muchos beneficios que ofrece el deporte, no podemos ignorar que, al igual que en otros ámbitos de la vida, existen riesgos, comportamientos no deseados y situaciones de violencia a las que se debe dar solución desde los valores de nuestra democracia. Por lo tanto, es fundamental abordar estos problemas de manera proactiva y preventiva.

Este manual tiene como fin último apoyar a las familias en su rol de agentes activos en la promoción de los valores del deporte y las competencias sociales y ciudadanas de sus hijos e hijas.

Los valores y habilidades que adquieren a través del deporte pueden ser fundamentales para su desarrollo personal, y es nuestro compromiso asegurarnos de que lo hagan en un entorno seguro.



## GUÍA DEL CONTENIDO DEL MANUAL

Este manual ha sido diseñado para apoyar a las familias en el acompañamiento de sus hijos e hijas en la práctica deportiva saludable y promocionar su papel de colaboración en la construcción de espacios deportivos de buen trato. Para facilitar su uso, hemos incorporado varios elementos clave a lo largo de los cinco módulos, que te ayudarán a integrar mejor los contenidos y reflexionar sobre tu papel en este proceso. A continuación, te explicamos en qué consisten estos elementos:



### CONTENIDOS TEÓRICOS

Este elemento te proporcionará una base sólida sobre temas clave del desarrollo infantil y adolescente en relación con el deporte, como sus necesidades básicas, el desarrollo físico, emocional y social, y la promoción de entornos seguros. También encontrarás información sobre la promoción de la salud integral en la familia, en especial de la salud mental, la parentalidad positiva, la comunicación efectiva, y cómo acompañar y motivar a tus hijos e hijas.



## PREGUNTAS DE AUTORREFLEXIÓN

A lo largo de los módulos, te plantearemos preguntas que invitan a la reflexión personal y familiar. Estas preguntas están diseñadas para ayudarte a evaluar y ajustar tu rol en el acompañamiento deportivo de tus hijos e hijas. Te animamos a hacértelas a ti mismo o misma y a pensar qué responderían el resto de madres o padres de tu club.

## ACTIVIDADES INTERACTIVAS

Además de las preguntas de reflexión, encontrarás actividades más dinámicas que te permitirán poner en práctica lo aprendido. Estas actividades se realizarán a través de formularios tipo Google Forms y te ayudarán a integrar los conceptos clave. Además, tus respuestas nos servirán para construir una formación de calidad desde la experiencia de todas las familias, asegurando un enfoque de construcción participativo.

## FRASES FUERZA

Para subrayar los mensajes más importantes, hemos incluido frases motivacionales a lo largo del manual. Estas frases resumen las ideas principales y están pensadas para inspirarte y recordarte los puntos esenciales, tanto a ti como a tus hijos e hijas.

## RECURSOS PARA PROFUNDIZAR

Si en algún momento deseas ampliar tus conocimientos sobre los temas tratados, en cada módulo encontrarás este apartado. Aquí te proporcionamos enlaces a guías, manuales y artículos que te permitirán explorar con más detalle los temas que te resulten más interesantes.



Gobierno  
de Canarias