



Club Deportivo Sufa



Para los padres de deportistas



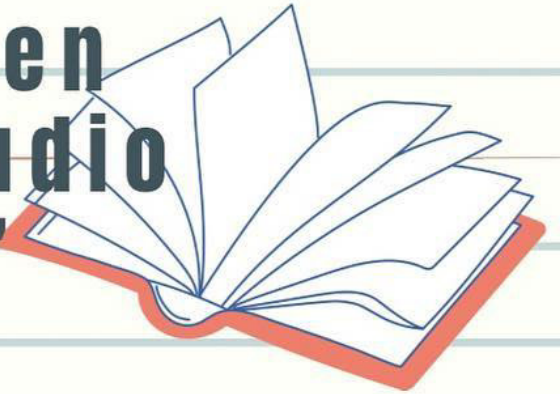
**“Tengo examen
mañana,
¿estudio o
entreno?”**



La importancia de ayudar a nuestros hijos e hijas a aprender y saber gestionar el tiempo.



“Tengo examen mañana, ¿estudio o entreno?”



La familia López se encuentra cenando y hablando de cómo se presenta el día siguiente.

- ¿Y tú, Pablo? ¿Cómo se presenta el día?

- Pues tengo dos exámenes el miércoles y no he empezado a estudiar.

- Mañana no irás a entrenar entonces, ¿no? - dice la madre.

- A lo que el padre replica... ¡querrás decir que ni se te ocurra faltar al entrenamiento!

- Ah, pues no sé, pensaba hace las dos cosas. - dice Pablo sorprendido.

“Tengo examen mañana, ¿estudio o entreno?”



● Hay soluciones drásticas y fáciles que puede que no contenten a todos y que no ayuden a conseguir el objetivo de que Pablo estudie y acuda al entrenamiento. Por ejemplo, que no vaya a entrenar. O, al contrario, que sí vaya y dé el examen por suspendido.

● La idea es llegar a un equilibrio, evitar medidas drásticas y buscar soluciones intermedias.

● El deporte y los estudios no es que puedan, es que deben ser compatibles.

● Hacer deporte obliga a los niños y niñas a organizarse las tardes. Deben establecer un orden de prioridades y anticiparse a las obligaciones.

● Estas habilidades se trasladan directamente a todos los ámbitos de su vida.