



PROGRAMA de VIRTUDES

El deporte nos aporta muchos valores. Para nuestros alumnos, la práctica deportiva puede ser la principal fuente de aprendizaje de dichos valores.

Los valores que transmite el deporte son diversos, y todos ellos pueden y deberían aprenderse desde corta edad. No es necesaria su imposición, sino simplemente enfocarlos todos y cada uno como una necesidad de aprendizaje.

Para fomentar su espíritu de superación, los deportes de equipo que participan en competiciones oficiales (CEEB o FCFS), se formarán por niveles valorando las capacidades de cada alumno, el compromiso con el equipo, la asistencia a entrenamientos y a partidos y el comportamiento, esfuerzo e implicación de cada uno de los jugadores. Los equipos podrán variar durante el transcurso de la temporada.

Siendo conscientes de la importancia del deporte y nuestro especial empeño en la formación integral de nuestros alumnos, trabajamos el siguiente programa de virtudes.

I. RESPETO (Septiembre y Octubre)

El RESPETO es un pilar fundamental del deporte base así como del juego limpio y bonito. Es una actitud positiva que transmite y reconoce el valor de las personas, teniendo presente los intereses y sentimientos de los demás.

El altruismo, la empatía y la honestidad con los demás son piezas claves en la transmisión de este valor. Ayuda a fomentar el respeto por el esfuerzo de todos aquellos que participan y hacen deporte con nobleza y muchas ganas, favoreciendo así el juego limpio.

El respeto por tu institución a la que representas y sus componentes, por el entrenador, por los compañeros, por la grada, por las instalaciones y el material, por el adversario, por el árbitro y sus decisiones y por las reglas de juego, pero sobre todo, respeto por el deporte.

Claves para fomentar el respeto en el deporte:

- . Rechazar la victoria a cualquier precio
- . El compromiso de esforzarse y dar de sí todo lo posible
- . La diversión como regla
- . Controlar los impulsos

Los adultos somos modelos de conducta con nuestros comportamientos, por ello es necesario que todos seamos partícipes en este proceso de aprendizaje y aportemos nuestra ayuda siendo el mejor ejemplo.

II. GENEROSIDAD (Noviembre y Diciembre)

La GENEROSIDAD es un valor de la personalidad caracterizado por ayudar a los demás de un modo honesto sin esperar obtener nada a cambio.

Muestra el modo de ser amable y cercano en el trato de una persona que no sólo piensa en sí misma sino que también se interesa por el bienestar del otro. Es una de las cualidades necesarias para generar un buen ambiente de equipo y es sinónimo de solidaridad. Es una habilidad que se entrena a través de la práctica y es una virtud que suma felicidad, paz interior e ilusión porque lo que das vuelve a ti con más fuerza.

Ser generoso tiene premio. El premio de sentirte bien y saber que actúas con honestidad. En palabras de un icono de nuestro deporte y piedra angular de uno de los logros deportivo más exitosos, *"Los equipos se construyen desde la generosidad de los mejores"* (Del Bosque).

Claves para fomentar el respeto en el deporte:

- . Dale algo a otro que sea importante para él
- . Acepta el reconocimiento
- . Acepta la generosidad de otros
- . Muestra aprecio. La gratitud es importante

Los adultos somos modelos de conducta con nuestros comportamientos, por ello es necesario que todos seamos partícipes en este proceso de aprendizaje y aportemos nuestra ayuda siendo el mejor ejemplo.

III. FORTALEZA (Enero y Febrero)

La FORTALEZA es una de las virtudes cardinales que consiste en vencer el temor y huir de la temeridad.

Para conseguir lo mejor, hay que esforzarse y todo lo que vale, cuesta. Lucha por vencer los obstáculos y asperezas que nunca dejan de presentarse a lo largo de la vida, para poder alcanzar los bienes más altos.

Esta virtud, va de la mano con la capacidad de sacrificarse y nos da vigor para buscar el bien, aunque sea difícil y duro, sin que el miedo nos pueda parar.

Para nosotros, el modelo y fuente de fortaleza es Cristo mismo, quien nos ofrece con sus acciones un ejemplo constante que llega al extremo de dar la propia vida por amor.

Claves para fomentar la fortaleza en el deporte:

- . Autoconfianza: Creer en uno mismo y sus posibilidades sin importar lo complicadas que puedan ser las circunstancias.
- . Tolerancia a la frustración: Asumir victorias y derrotas. De las derrotas es de lo que más se aprende y permiten ver que hay que reforzar o trabajar con más fuerza.
- . Perseverancia: Sin importar las circunstancias, siempre se debe tener una gran capacidad de perseverancia para llegar a la cima y lograr los objetivos.

Los adultos somos modelos de conducta con nuestros comportamientos, por ello es necesario que todos seamos partícipes en este proceso de aprendizaje y aportemos nuestra ayuda siendo el mejor ejemplo.

III. RESPONSABILIDAD (Marzo y Abril)

La RESPONSABILIDAD es la virtud no sólo de tomar una serie de decisiones de manera consciente, sino también de asumir las consecuencias que tengan las citadas decisiones y de responder de las mismas ante quien corresponda en cada momento.

El deporte es un espacio ideal de aprendizaje y entrenamiento de la responsabilidad, ya que el deportista, en cada entrenamiento y en cada competición, tiene que asumir esa responsabilidad y el deporte es un generador natural de oportunidades de mejora; con la ventaja de que el día siguiente te da otra oportunidad de aprendizaje y donde no sirve haber cumplido ayer porque hoy hay que volver a ser responsable en tu mejora individual y colectiva.

Nosotros, como formadores, debemos explicar, entrenar, guiar y enseñar a asumirlos; esta será una oportunidad de aprendizaje muy buena para que nuestros jugadores vayan asumiendo esas responsabilidades con seguridad, y les prepara para transferir este aprendizaje a otros ámbitos de su vida.

Claves para fomentar la responsabilidad en el deporte:

- . Promover la responsabilidad en nuestros deportistas asignándoles tareas asumibles para cada uno de ellos en un tiempo en el que deben cumplir.
- . Empezar con tareas sencillas y poco a poco ir incrementándoselas, con el fin de que ellos se vayan acostumbrando al uso de la responsabilidad paulatinamente y no lo miren como algo inalcanzable.
- . Darles confianza para que no lo vean como algo absolutamente imposible de cumplir, si se les da confianza ellos responderán mejor a lo exigido.
- . Facilitarles los medios para que puedan cumplir con las tareas asignadas y de esta forma vayan cultivando la responsabilidad como uno de los valores de sus vidas, en la medida en que crecen va creciendo con ellos la responsabilidad.

Los adultos somos modelos de conducta con nuestros comportamientos, por ello es necesario que todos seamos partícipes en este proceso de aprendizaje y aportemos nuestra ayuda siendo el mejor ejemplo.

III. ALEGRÍA (Mayo y Junio)

La ALEGRÍA es la virtud que proviene del espíritu y la fortaleza con que afrontamos la vida y sus contradicciones. Es una “cualidad del alma”.

Las personas alegres ven más oportunidades, funcionan mejor, son más resistentes y fuertes ante las dificultades, toman mejores decisiones y tienen más confianza en sí mismos.

Claves para fomentar la alegría en el deporte:

- . Promover la responsabilidad en nuestros deportistas asignándoles tareas asumibles para cada uno de ellos en un tiempo en el que deben cumplir.
- . Empezar con tareas sencillas y poco a poco ir incrementándoselas, con el fin de que ellos se vayan acostumbrando al uso de la responsabilidad paulatinamente y no lo miren como algo inalcanzable.
- . Darles confianza para que no lo vean como algo absolutamente imposible de cumplir, si se les da confianza ellos responderán mejor a lo exigido.
- . Facilitarles los medios para que puedan cumplir con las tareas asignadas y de esta forma vayan cultivando la responsabilidad como uno de los valores de sus vidas, en la medida en que crecen va creciendo con ellos la responsabilidad.

Los adultos somos modelos de conducta con nuestros comportamientos, por ello es necesario que todos seamos partícipes en este proceso de aprendizaje y aportemos nuestra ayuda siendo el mejor ejemplo.