

## “Los niños tienen que aprender a superarse a sí mismos, no a los demás”

**Por: Daniel Sánchez Caballero. El Diario de la Educación. 05/03/2018**

El deporte en edad escolar a veces se convierte, solo, en una competición, en pretender tener un Messi en casa. Para Francisco Castaño lo importante son los valores asociados: compromiso, esfuerzo, compañerismo, respeto a las normas.

Francisco Castaño (Ejea de los Caballeros, Aragón, 1966) ha conseguido el sueño de muchos. “He aunado mis dos pasiones, educación y deporte”, cuenta. Este profesor de secundaria (31 años ejerciendo le contemplan), asesor y orientador familiar se ha especializado en trabajar con alumnos —y familias— con problemas de conducta. También da charlas y conferencias sobre temas educativos y deporte, una disciplina que, dice, tiene mucho que enseñar para la vida diaria. De todo esto habla en *La mejor medalla: su educación* (Grijalbo), su último libro, en el que defiende los valores del deporte y una aproximación más relajada y como elemento de diversión para los chicos y chicas.

### ¿Qué quería contar con el libro?

El libro es de educación, no de deporte. Quiero contar qué aprenden los niños en el deporte, cómo enseñarles a extrapolarlo al resto de su vida. Hablo de todos los valores del deporte: respetar las normas, el esfuerzo, la superación, el compañerismo, la responsabilidad, encargarse de las cosas. También del comportamiento de los padres: cómo actuamos y qué misión tenemos. Nos creemos a veces que nuestro hijo es Messi o Induráin y nos olvidamos del resto. El deporte tiene tres partes: la educativa, la física y, por supuesto, la diversión. Es un poco esto, cómo saco la parte educativa como padre para llevarla a la vida.

### Ha dado algunas pinceladas, pero, ¿qué le aporta el deporte a los alumnos?

Tiene muchos valores. Pero una de las cosas más importantes es el compromiso. Si te apuntas a un equipo, te has comprometido a cumplir unos horarios, etc. Un compromiso que tienen ellos. Otro valor es la humildad. Muchas veces se endiosa a los hijos y eso les quita humildad. Si ganan, que le den la mano a los compañeros; si pierden, que los feliciten y que no se enfaden. Los niños tienen que aprender a

superarse a sí mismos, no a los demás. Esto es lo tenemos que enseñar: el respeto al contrincante y a los compañeros de equipo. A los entrenadores y a los árbitros. El deporte enseña a seguir las reglas del juego, a que si no lo haces tiene consecuencias. El espíritu de superación también. Yo no quiero superar al otro, me quiero superar a mí mismo. Si con la bicicleta no puedo superar unos conos, me tengo que superar a mí mismo. Esfuerzo y perseverancia. No hemos de valorar el resultado, sino el esfuerzo. Esfuérzate y sacarás un resultado. Si se valora el resultado solo, si no lo alcanza se rendirá y no querrá seguir. El trabajo en equipo es otro valor. Que sepan colaborar con otros, que tengan la humildad de saber que hoy les toca sacrificarse en el equipo o en la bicicleta tirar para otros. Estos son los valores importantes, además de la responsabilidad, aprender a cuidarse o la paciencia. El deporte enseña que las cosas no llegan ya. Vivimos en una sociedad de la inmediatez y todo tiene que ser ahora. Si quiero algo, lo compro ya. Si es en Amazon Prime, mejor. Enseña que si hoy no pasas los conos tampoco va a ser mañana por arte de magia. Hará falta práctica, otro día, y otro día más. También se gestiona la frustración. Los niños no entienden un “no” o que no les salgan las cosas como saben. El deporte te enseña que no todo sale bien siempre, hay días que pierdes.

### **¿Estamos en una sociedad demasiado competitiva, desde el deporte hasta la escuela misma?**

Todo tiene que ser resultado. Quizá la vida sea así. Pero se nos olvida que yo no puedo exigirle a un niño un resultado o presionarlo para que lo tenga. Yo a mi hijo no le digo: “¡Qué bien, has sacado un 8 en matemáticas!”. Le digo que estudie y le animo. Y cuando saca una nota regular él mismo me lo dice, que no se ha esforzado. Un adolescente, hoy, si le preguntas nunca es culpa de él, el profesor le ha cogido manía o el árbitro... No. ¿Cuál es tu responsabilidad? Hay que enseñarles a esforzarse, a hacer los deberes. Y entonces vendrán los resultados y se sentirán bien.

### **¿Está infravalorada la formación deportiva?**

Creo que más bien se lleva a los niños a hacer deporte —más del 70% lo hacen fuera del colegio— pero no se le saca el jugo necesario. Creo que estamos equivocados. La gente llega al deporte en muchos casos porque quiere que sus hijos que sean Messi o Ronaldo. No hay más que ver las noticias los lunes: “Un niño de 9 años ha agredido a un árbitro”. En otros casos queremos que hagan ejercicio.

Lo que intento explicar es que el deporte es más que todo eso. Hay que extrapolar lo que hacen en el deporte; ahí tenemos que estar los padres y las madres para que vean que todos los valores que están aprendiendo en el deporte sirven.

### **¿Qué recomendaría a los padres que se toman el deporte de sus hijos un poco a la tremenda?**

Los padres tenemos que entender que para llegar a ser un profesional hay que tener unas cualidades innatas y, además, otras. Aprendizaje es todo lo que conlleva ser profesional. Por ejemplo, estar dispuesto a sacrificarse, a compaginar con los estudios. El que decide si quiere hacer deporte o no será su hijo. Lo más importante es que decidan el deporte que hacen y se diviertan. No por presionarle va a llegar a ser profesional. En una entrevista que hago en el libro, a Rubén Bonastre, que fue director de La Masía, la escuela de formación de chavales del FC Barcelona (yo no sé si llevaría a mi hijo ahí porque es muy competitivo), explica que hay niños que cuando les dices que se tienen que ir del equipo porque no dan el nivel, descansan. De la presión que tienen de sus padres. Los niños van a hacer deporte, el resto llegará si tiene que llegar. Recomendaría a los padres que se relajen, si no pueden hacer que su hijo odie el deporte.

### **¿Cómo estimular a un niño para que haga ejercicio si no quiere?**

La mejor manera de estimular es elegir el deporte y quién lo elige. Es fundamental que el crío elija el que le gusta, no que se le apunte a algo que le guste al padre. Hay que tener en cuenta que hay que estimular al hijo que tenemos, no al que nos gustaría tener. Que haga ejercicio es necesario. Que se divierta y que haga el deporte que le guste. En todas las disciplinas hay todo tipo de clubes, desde los competitivos para ganar hasta los que son para divertirse. Que los niños se apunten donde les guste y que prime la diversión.

### **¿Qué ventajas aporta competir frente a simplemente practicar deporte por afición?**

En los niños la competición no ha de ser el fin. Es un medio para aprender a superarse, y que para competir han de prepararse. Aprenden a cumplir normas, a respetar a un árbitro. Aprenden que las cosas no llegan cuando quieren ellos, que hay días que las cosas salen mal. Lo que no se les puede exigir nunca es un resultado. Siempre como medio, no como el fin.

### **¿El esfuerzo está infravalorado en la sociedad?**

Creo que estamos en una sociedad muy sobreprotectora con los hijos. Como se prima tanto el resultado, que no sufran, que tengan de todo, se les facilitan demasiado las cosas. Y cuando se le facilitan demasiado las cosas a una persona, no se esfuerza por ellas. Si a mí me pagaran por nada, no trabajaría. Si tu hijo llega a casa y saca buenas notas, estás contento. Pero no se trata de eso, yo se lo intento explicar a mi hijo en casa: trabaja y estudia. Y el resultado llegará. Si das todo hecho no es que no se valore el esfuerzo, es que no les enseñamos a esforzarse. El mayor porcentaje de fracaso escolar se produce porque son chavales que en primaria con ver la pizarra y hacer los deberes en el último momento van aprobando. Luego llega un momento, en secundaria o lo que sea, que eso no sirve, pero como no tienen el hábito no son capaces de estudiar y suspenden y entran en la rueda de culpar a todos.

### **¿Cómo influye en todo esto, en la percepción que tienen los padres sobre sus hijos deportistas y cómo lo afrontan, el hecho de que a veces parezca que un logro deportivo, como ganar el Mundial de fútbol, es lo máximo que puede conseguir un país?**

A mí esto no me preocupa demasiado, lo que sí me preocupa son los modelos que se dan y las referencias que damos a los chavales. Y el papel que tienen estos referentes. Estas personas tan mediáticas deberían tener en cuenta que les escucha gente, muchos niños les admiran, y tienen que tener cuidado con las declaraciones. Jesús Vallejo, jugador del Real Madrid, me dice que mide mucho lo que van a decir porque son referentes. El otro día comentaba un chico en un club que había dejado de hacer un deporte minoritario y se cambiaba a fútbol porque así ganaría más dinero. Un chico de 12 años. Ahí no está funcionando algo bien. Ahí es donde los padres tenemos que acompañar a nuestros hijos y educarlos.

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ.](#)

Fotografía: El diario de la Educación

**Fecha de creación**

2018/03/05