



Legislatura de la Provincia de Río Negro

FUNDAMENTOS

El deporte tiene la facultad de ayudar a los más pequeños a desarrollar destrezas físicas, hacer ejercicios, socializar, divertirse, aprender, a jugar formando parte de un equipo, a aprender a jugar limpio y a mejorar su autoestima. El deporte ayudará al desarrollo físico del pequeño, mejorando y fortaleciendo su capacidad física y mental.

Un ritmo imparable.- Normalmente, los jóvenes son físicamente más activos que los adultos ya que un niño sano, interesado en la actividad física, está siempre en movimiento. Además está demostrado que los niños recuperan los esfuerzos físicos más rápidamente que los adultos.

Un estudio efectuado con niños de 4-5 años de edad a los que se les deja jugar libremente en un día de vacaciones ha demostrado que en general los varones son físicamente activos por más de seis horas, mientras que las niñas por un tiempo de 5 horas y 28 minutos.

Un niño es un atleta de larga duración, ya que ningún adulto puede tolerar un esfuerzo físico de una duración de seis horas diarias, con valores de frecuencia cardiaca del 160% superior a la de reposo. En definitiva, el niño podrá practicar deporte mientras no se canse de jugar.

En los niños, practicar de manera continuada una actividad física, puede mejorar el estado físico de los pequeños pero siempre habrá que tener en cuenta, a la hora de programar un entrenamiento, una serie de elementos. El primero de ellos es la multilateralidad, que consiste en la necesidad de desarrollar, a través del entrenamiento, el conjunto de todas las capacidades motoras del niño en forma adecuada y de la manera más variada posible. En segundo lugar la polivalencia, es decir, la formación de la actividad motora en el niño debe adquirirse en diversas disciplinas deportivas, a través de ejercicios que contienen los movimientos de base de diversos deportes.

Una excesiva competitividad.- En la cultura occidental ha aparecido una tendencia a utilizar el deporte infantil como un método para ganar dinero, olvidando completamente que el deporte debe ayudar a los niños a ser más saludables y a compartir experiencias con otros niños de su edad. La actitud competitiva y de tensión existente en el mundo del deportivo universitario y profesional, se ha ido trasladando poco a poco al deporte en el ámbito infantil. Por esto es muy importante que los padres tengan un papel activo ayudando al niño a desarrollar la honradez en la competición,



Legislatura de la Provincia de Río Negro

ya que los pequeños trasladaran lo aprendido en sus juegos a el resto de sus comportamientos.

Los padres serán un apoyo fundamental para el conveniente desarrollo de la actividad deportiva de los niños y por esto deberán prestar atención a sus hijos brindándoles apoyo emocional, colaborando y asistiendo a los eventos deportivos en los que participen los niños, teniendo expectativas realistas sobre la capacidad del niño y comportándose como espectador modelo y respetuoso.

Beneficios del deporte en los niños y Jóvenes.

- Fortalece los músculos y huesos.
- Previene la obesidad.
- Previene el riesgo de enfermedades tales como la diabetes.
- Puede corregir posibles defectos físicos.
- Enseña a seguir reglas.
- Ayuda a relacionarse con los demás.
- Ayuda a coordinar sus movimientos.
- Ayuda a ingresar en la sociedad, haciéndole más colaborador y menos individual.
- Potencia la creación y regularización de hábitos.
- Estimula la higiene y la salud.
- Duermen mejor y son capaces de enfrentarse mejor a los pequeños retos de la vida cotidiana.

Los beneficios en la práctica de un deporte son innumerables pero ante todo el niño debe divertirse con él.

En relación, resulta importante destacar los esfuerzos y acciones que llevan a cabo desde las diferentes Localidades de la provincia de Río Negro con la finalidad de favorecer la inclusión social desde el deporte, como por ejemplo desde actividades como tan populares como lo es el futbol, entonces actividades como las que se llevan a cabo en la Localidad de Mainque en el que participan más de 120 equipos de diversas localidades como; Centenario, Viedma,



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Patagones, Catriel, San Antonio, Lamarque, Los Menucos, Chichinales, Villa Regina, Gral. Enrique Godoy, Cervantes, Gral. Roca, J.J Gómez, Allen, Fernández Oro, Cipolletti, Cinco Saltos, Neuquén, Plottier y Senillosa entre otras resultan importantes de acompañar.

Por ello:

Autora: Graciela Sgrablich.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO D E C L A R A

Artículo 1°.- Declara de interés provincial el Torneo Valletano que se lleva a cabo en la Localidad de Mainque durante el mes de diciembre de cada año.

Artículo 2°.- De forma.