

НУЖНО ЛИ ЗАСТАВЛЯТЬ РЕБЕНКА ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ?



СОДЕРЖАНИЕ

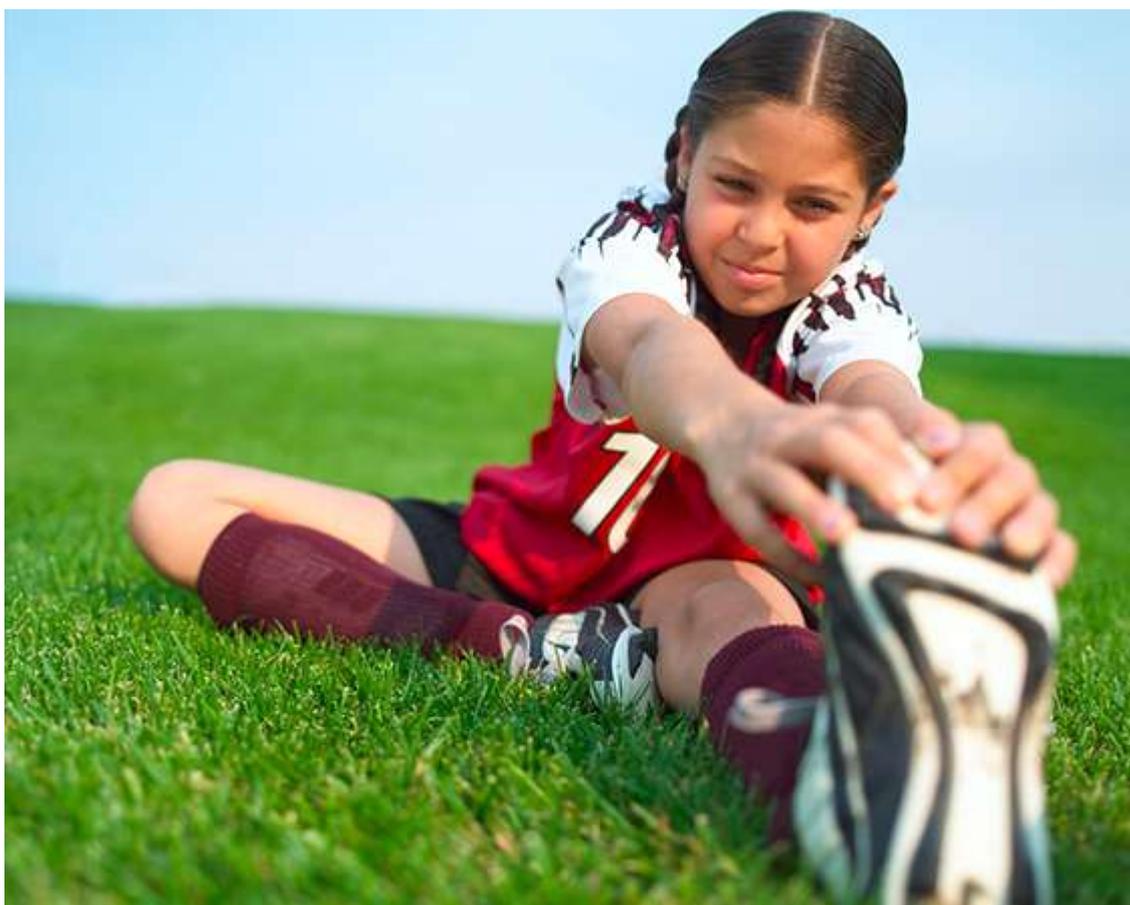
Каждый родитель делает все для того, чтобы их ребенок рос физически крепким и здоровым. Для воплощения такой мечты в реальность многие родители начинают с самого детства заставлять малыша заниматься спортом. Очень редко они отдают его именно на тот вид спорта, которым интересуется ребенок. Чаще всего, родители заставляют посещать именно те секции, которые они бы с удовольствием посещали, если бы не их возраст.

Возникает ряд вопросов: следует ли родителям заставлять ребенка заниматься определенным видом спорта? Если да, то с какого возраста это делать? Каким образом сделать так, чтобы ребенок не воспротивился желаниям папы и мамы? Обо всем по порядку.

НУЖНО ЛИ ЗАСТАВЛЯТЬ РЕБЕНКА ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ: ПРОСТЫЕ ОСНОВЫ ПРИУЧЕНИЕ К СПОРТУ

Родители должны знать, что любовь к спорту не возникает за один день. Если вы хотите, чтобы малыш заинтересовался каким-нибудь спортом, его следует приучать к этому с самого детства.

Возможно, один из родителей увлекается футболом. Не запрещайте малышу сидеть рядом с вами, когда вы смотрите очередной футбольный матч, общайтесь с ним на спортивные темы, рассказывайте о том, что занятия спортом улучшают здоровье человека.



САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ВЫБОР РЕБЕНКА

Не стоит навязывать малышу тот вид спорта, который нравится вам. В конечном итоге должен быть его собственный выбор, пусть даже это будет легкая атлетика или бокс. Даже если ребенок займется спортом по принуждению, ничего хорошего из этого не выйдет.

ПООЩРЕНИЕ

За каждое достижение в спорте следует хвалить своего ребенка, что будет мотивировать его к дальнейшим занятиям. Пусть это будут даже небольшие достижения, например, он смог набить футбольный мяч на ногу не 5, а 10 раз.



ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЦЕЛЕЙ

Когда ребенок еще совсем маленький, для него главное быть вовлеченным в спорт, однако со временем, когда он растет, для него важна каждая отдельная победа и достижение. В этот период (10-11 лет) стоит поговорить с ребенком и определить цели, которые он ставит перед собой.

НИКАКОЙ КРИТИКИ

Со стороны родителей не должно звучать никакой критики относительно игры ребенка. Поверьте, критики ему хватит со стороны тренеров. Если вы на самом деле хотите, чтобы ваш малыш продолжал заниматься спортом, никогда не критикуйте его.



СОВМЕСТНЫЕ ЗАНЯТИЯ

Дети часто копируют поведение своих родителей. Если папа решит заняться пробежкой по утрам вместе с сыном, то это будет просто супер. В дальнейшем спортивном воспитании этот момент только поможет отцу сблизиться со своим ребенком.

Следует также активно проявлять интерес к занятиям ребенка, к тому, где и когда проходят соревнования и кто участвует в них. Видя заинтересованность родителей, дети стремятся к достижению еще больших результатов, хотят, чтобы папа и мама гордились им.

Помните, что заставить малыша заниматься спортом легко, однако это не принесет никакой пользы, а только вызовет еще большее отвращение к спорту. Вы должны мотивировать своего ребенка, приучить его к спорту с самого детства личным примером и заинтересованностью в определенном виде спорта. Не забывайте повторять, что спорт – это огромная польза для организма, это то, что помогает выживать даже в самых сложных ситуациях.