

## **Родителям на заметку**

По всеобщему мнению спорт – лучший источник крепкого здоровья и лучший спутник в развитии ребёнка. Поощрение детей заниматься спортом, является лучшим способом, чтобы помочь развить здоровые привычки, которые пригодятся ему в жизни. Необходимо помнить, что целью занятий спортом, должно быть воспитание здоровых и уверенных в себе личностей.

**Что же должен делать родитель?** Поощряйте ребенка заниматься видом спорта, который ему нравится, и доставляет ему удовольствие. Если занятия спортом не доставляет ему удовольствие, то вскоре он потеряет всякий интерес к этому, и много пользы от таких занятий уже не будет. Пусть ребенок делает ошибки, ничего страшного. Это является частью обучения. Если вы будете его постоянно корить за ошибки, то страх все испортить, будет мешать ему, учиться на своих ошибках и развиваться. Помогайте вашему ребенку ставить реалистичные цели и оценивать прогресс. Напоминайте ребенку о преимуществах занятий спортом для их здоровья. Развивайте в ребенке самосознание, чтобы он мог лучше понимать себя, свои чувства. И таким образом улучшать свои способности.

**А что же мы не должны делать?** Не накладывайте свои цели на цели ребенка. Помните, что он личность со своими индивидуальными особенностями, интересами, стремлениями. Пусть он сам решает чего хочет добиться. Дети должны учиться на своих ошибках и нести ответственность за результат. Не делайте целью именно победу. Ребенок, от которого вы ждете только победы, в результате проигрышей, будет терять интерес к спорту.

Целью занятий спортом, должно оставаться развитие новых навыков и умений. Родители должны помогать и поощрять своих детей, заниматься спортом. Дети растут и развиваются, это хорошее время для изучения важных социальных навыков.

### **Некоторые советы**

#### **по выбору спортивной секции для вашего малыша**

Перед тем, как отвести ребёнка на определённую секцию, родителям необходимо самим посетить заведение, где проводятся тренировки, оценить все условия для их проведения.

Обязательно нужно познакомиться с тренером и обсудить с ним все возможные нюансы, немного рассказать об особенностях конкретно вашего ребёнка (если такие есть), чтобы тренеру было легче и быстрее найти общий язык.

Лучше всего, если во время тренировок в помещении не будет посторонних, кроме тренера и участников секции.