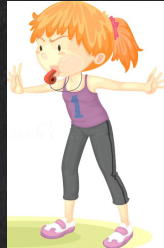


Роль родителя и  
~~учителя~~  
в жизни спортсмена

# Поддержка в спорте



родители



тренер



Совместная  
работа тренера  
и родителей





В силу возрастных особенностей, дети еще не могут мотивировать себя по-взрослому.

У детей всегда детские мотивы и они очень простые. К примеру, ребенок может говорить: мне нравится тренер, мне нравится с ребятами, мне нравится бегать, мне нравится красивый костюм, я люблю кружиться и прыгать, я люблю пинать мячик. Это нормально и это должны учитывать и родители, и тренер. У ребенка может не быть фокуса на достижения и победы. Ему просто хорошо, когда нравится.

Мотивация и поддержка ребенка – задача родителя совместно с тренером. Родителю и тренеру необходимо найти точки соприкосновения и понимания в этом месте, чтобы у ребенка в голове не было неразберихи (один значимый человек говорит одно, другой – другое).





Детям, безусловно, нужно помогать удерживаться в спорте. Потому что когда случаются поражения, детям становится «не вкусно» и они включают «не хочу». Детей нужно поддерживать в этом месте, объяснять и проявлять бережное участие...



Родители и тренеры помогают ребенку адаптироваться в спорте и помогают разобраться, насколько ребенку это надо. Только к подростковому возрасту у детей формируются более взрослые мотивы. К примеру: я хочу себе нравиться, я хочу нравиться противоположному полу, я хочу стать известным, спорт – это престижно, круто, я хочу зарабатывать деньги и т.д. Появляется более сильная личная внутренняя мотивация, понимание, для чего он тренируется, а соответственно, и большая ответственность за действия и результат.



Дети тоже сталкиваются с волнением, страхами, трудностями самооценки, откатами и прочим. Здесь очень важна позиция родителя, его устойчивость, адекватность, принятие, поддержка, бережное участие и пр. Взрослые, ваша роль в этом месте неопенима!



Очень важно разговаривать с детьми! Не важно, выигрывают они или проигрывают! Важно научить маленького спортсмена достойно относиться к своим поражениям.





Проигрыши и поражения – это то, что помогает стать ему лучше. Соперник всегда показывает спортсмену его слабые места, показывает ему куда расти, в чем становиться лучше. В этом смысле ему большая благодарность! Очень важно объяснять ребенку, что поражение – это не катастрофа, а шанс понять, что и где ему нужно подтянуть. Важно говорить, что вы ребенка любите при любых обстоятельствах. Не передавайте ему свою родительскую тревогу, страхи и переживания. Ребенку бы со своими переживаниями справиться, помогите лучше своим участием, сопереживанием и поддержкой. Если убедились в том, что он действительно увлечен, то проверьте, от чего же настрой постоянно меняется? Если настроение зависит от конкретных обстоятельств, то про это нужно больше узнавать (у ребенка /у тренера), понимать от чего зависят его перепады. Может нужно что-то объяснить, поддержать, помочь адаптироваться.

Это работа РОДИТЕЛЯ в первую очередь, а лучше совместная – родителя и



# Умение проигрывать – тоже победа и первый шаг к НОВЫМ ДОСТИЖЕНИЯМ



«Тренер всегда говорил мне: «Ты должен побеждать всех, ты в состоянии сделать это, но что произойдет, когда побьют тебя, сможешь ли ты справиться с этим?». И я знаю, что могу.»

Майк Тайсон