

Рекомендации для родителей

«Спортивно-одаренные дети»

Занятия спортом в детском саду (ДОУ) закладывают лишь основу здоровья. Но, чтобы поддержать спортивный интерес ребенка, соблюдайте режим дня, обеспечьте правильное сбалансированное питание, грамотно чередуйте нагрузки с отдыхом и подавайте личный пример активного образа жизни. Для гармоничного физического развития спортивного дошкольника придерживайтесь следующих рекомендаций:

-Уважайте мнение малыша. Если он предпочтет не тот вид спорта, который вы ему настойчиво предлагаете, – пусть попробует то, что ему хочется. Без желания эффекта от занятий не будет, да и любить спорт он не начнет.

-Всегда интересуйтесь успехами ребенка, поддерживайте в период неудач. Но не ищите для него смягчающих оправданий (виноват судья, попался плохой соперник и т. д.). Он должен понимать, что поражение – очередной этап на пути к поставленной цели.

-Не оценивайте только спортивные достижения. Вы отдаете ребенка в секцию, прежде всего, для того, чтобы он стал более здоровым, выносливым, веселым. Поэтому не нужно требовать от него высоких достижений. Тем более что они зачастую сопряжены с куда большими нагрузками и рисками.

-Если малыш после нескольких занятий упорно отказывается продолжать – выясните причину. Возможно, это какой-то страх (падений, травм) – тогда лучше подобрать менее пугающий вид спорта. Если ребенок чувствует себя хуже других – это повод для работы над его физической формой или спортивным настроением. Если протест вызван конфликтом с тренером – можно пойти на эту же секцию к другому наставнику.

-Поощряйте желание малыша участвовать в соревнованиях, но не требуйте только побед – это может отбить у него интерес к занятиям.

-Перед началом тренировок познакомьтесь с тренером и его методикой преподавания, расскажите об особенностях характера вашего ребенка. Это позволит более продуктивно построить работу с ним.

Физическое здоровье, выносливость, красивая осанка, умение рассчитать свои силы, стремление к цели – все это и многое другое дошкольнику даст правильно выстроенная система физического развития.

Но главное – это поможет малышу вырасти гармоничной, успешной личностью.