

Консультация для родителей «КАК ВЫБРАТЬ СПОРТИВНУЮ СЕКЦИЮ ДЛЯ РЕБЁНКА»

*Подготовила воспитатель
ГБОУ СОШ №14 СПДС №18 «Радуга»
г.о Жигулевск, Самарская область
Моисеева М.В.*

Практически все детки без исключения в дошкольном возрасте очень активны. Бегают, прыгают, всё хотят знать – и так с раннего утра до самого вечера. Кажется, что их энергия совершенно неиссякаема. Многие родители устают от такой чрезмерной активности и отправляют детей в спортивные секции. Ребёнок находит полезный способ для выплеска — энергии- это раз. А два – это неоспоримая польза от любых физических упражнений, выполняемых под руководством тренера.

Что выбрать? Понаблюдайте за своим ребёнком, посмотрите на его увлечения. Если он любит гонять мяч, то тут выбор очевиден – футбол, баскетбол. Сложнее, когда ребёнок увлечён всем и сразу, или же, наоборот, его интерес к любому занятию быстро проходит. В таком случае вам стоит попробовать сразу несколько вариантов спортивных секций, и после нескольких пробных занятий вы сможете остановить свой выбор на чём-то одном, при этом вы будете проконсультированы тренером, да и ваш малыш подскажет, где ему понравилось больше. Выбирая ту или иную секцию, следует знать, какую пользу она принесёт ребёнку. Боевые искусства способствуют развитию точности движений, гибкости, гармоничному развитию. Ваш ребёнок станет более дисциплинированным, научится контролировать вспышки гнева и раздражительности. Тренер, как старший наставник, будет нести философию детям, а не вырабатывать в душах обучаемых агрессию.

Гимнастика способствует развитию гибкости, красоты, точности движений, творческому восприятию мира.

О положительном влиянии плавания спорить не приходится – только польза. Нормализация веса и аппетита, правильное дыхание, отсутствие проблем с позвоночником, плюсы от занятий плаванием можно перечислять очень долго.

Командные виды спорта – шанс научиться общению со сверстниками и развить командный дух. Такие занятия подойдут деткам, которые не очень адаптированы в социальной среде. Ну а если ваш ребёнок и так свободно сходится с людьми, для него тренировки станут дополнительным приятным мероприятием.

При занятиях лёгкой атлетикой ребёнка научат правильному дыханию, Постановке ноги при беге и ходьбе, что очень важно, дабы, играя в догонялки на детской площадке, не получить травму.

Занятия большим теннисом разовьют в ребёнке ловкость и быстроту реакции.

Выбор самой секции и, конечно, тренера – один из самых важных вопросов, когда речь идёт о вашем ребёнке. В первую очередь стоит подумать о территориальном расположении спортивной школы. Большие расстояния утомительны, и, как показывает практика, первыми от дальних поездок устают отнюдь не дети, а взрослые. Именно

со стороны родителей начинаются пропуски тренировок, а в дальнейшем и отказ от них, и тогда детишки вновь возвращаются к телевизору и компьютеру.

Второй немаловажный момент – это тренер, который будет вести занятия. Хороший тренер увидит сильные стороны вашего ребёнка, постепенно научит его всем азам, а главное – серьёзные травмы на занятиях с квалифицированным специалистом практически исключены. Побеседуйте с ним лично, спрашивайте родителей, чьи дети уже посещают занятия. Если всё услышанное вас устроило и не вызвало никаких сомнений, радуйтесь – вы нашли идеальную секцию для вашего ребёнка.

Взрослые, которые думают над вопросом, в какой вид спорта отдать ребёнка, часто решают его, исходя из собственного вкуса и своих нереализованных желаний. Однако родителям стоит отдавать себе отчёт в том, что секцию они выбирают для ребёнка, а значит, ориентироваться следует, прежде всего, на его способности и возможности. Ведь это, казалось бы, детское увлечение может стать его будущей профессиональной деятельностью. А при должном внимании и умении – и до олимпийских игр недалеко.