

# ЕСЛИ РЕБЕНКУ НАДОЕЛИ ТРЕНИРОВКИ...

**МНОГИЕ РОДИТЕЛИ, ЧЬИ ДЕТИ ХОДЯТ В СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ, МОГУТ СТОЛКНУТЬСЯ С СЕРЬЕЗНОЙ ПРОБЛЕМОЙ: РЕБЕНОК, КОТОРЫЙ ЕЩЕ В СЕНТЯБРЕ С НЕТЕРПЕНИЕМ ЖДАЛ ТРЕНИРОВКИ И БЕЖАЛ НА НИХ С РАДОСТЬЮ, К НОЯБРЮ ВДРУГ ТЕРЯЕТ К НИМ ИНТЕРЕС, НАЧИНАЕТ СКУЧАТЬ, ОТЛЫНИВАТЬ, А ТО И ВО ВСЕ ОТКАЗЫВАТЬСЯ ОТ ИХ ПОСЕЩЕНИЯ. КАК ПОСТУПИТЬ: ПОЙТИ У НЕГО НА ПОВОДУ И ЗАБРАТЬ ИЗ СЕКЦИИ ИЛИ ПРОЯВИТЬ ТВЕРДОСТЬ, НАСТАИВАЯ НА ПРОДОЛЖЕНИИ ЗАНЯТИЙ? ДАВАЙТЕ РАЗБИРАТЬСЯ.**

По правде говоря, в нашем клубе такое случается нечасто: тренировочный процесс выстроен так, чтобы интерес в наших воспитанников только разжигался от месяца к месяцу. Огонь в глазах и всплеск энтузиазма у детей можно наблюдать и после соревнований или поездок в лагерь. Однако от родителей, которые впервые к нам пришли, я часто слышу рассказы о том, как ребенок позанимался каким-то спортом месяц-другой, а потом ему надоело. На мой взгляд, этого легче было бы избежать и проще справиться, если бы мама и папа с самого начала серьезно подошли к выбору секции, тренера и спортивной организации.

АЛЕКСАНДР  
АЛЕКСАНДРОВИЧ  
ХАХИЛЕВ,  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР  
БАСКЕТБОЛЬНОГО  
КЛУБА «СТРЕМЛЕНИЕ»,  
КАНДИДАТ  
В МАСТЕРА СПОРТА  
ПО БАСКЕТБОЛУ

Будьте с подрастающим поколением на одной волне. В выходной наденьте кроссовки и займитесь с детьми тем видом спорта, который им нравится.

АЛЕКСАНДР АЛЕКСАНДРОВИЧ ХАХИЛЕВ



**НЕПРОСТОЙ ВЫБОР**

Собираясь определить сына или дочь в какую-нибудь спортивную секцию, некоторые решают так: отведу туда, где ближе. Безусловно, занятия рядом с домом — это удобно. Но ведь не это главное. А что?

Мой опыт подсказывает, что первостепенное значение имеют квалификация и личность тренера. Он должен быть не только специалистом в своем виде спорта и педагогом, но и сильным психологом и прекрасным оратором. Если наставник не умеет выражать свои мысли и правильно мотивировать детей, то интерес к занятиям быстро угаснет. Выбранное направление может нравиться ребенку. Однако этого недостаточно, чтобы преодолевать трудности: юному спортсмену нужно еще понимать, для чего он тренируется, зачем делает то или иное упражнение и где сможет применить полученные им навыки. И объяснять это должен тренер. А также поддерживать, когда что-то идет не так, находить для каждого подопечного дополнительные стимулы, подсказывать, что нужно исправить, и вселять уверенность, что рано или поздно все обязательно получится.

Допустим, вы нашли замечательного наставника для своего ребенка. Но еще надо отдавать себе отчет, что даже самый квалифицированный тренер один в поле не воин — сам он соревнования не организует и не проведет. А без участия в спортивных состязаниях ребенку будет чрезвычайно сложно сохранить мотивацию к занятиям. Поэтому важно, чтобы секция и ее руководитель были включены в систему — федерацию, клуб, академию. А теперь вернемся к тому, с чего начали.

**ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ УЗНАТЬ О СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ:**

1. КАК ДОЛГО ОНА СУЩЕСТВУЕТ?
2. ЕСТЬ ЛИ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРИНИМАТЬ УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ?
3. ЕСТЬ ЛИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ И КАКИЕ: СПОРТИВНЫЕ ЛАГЕРЯ, ТРЕНИРОВКИ, МЕРОПРИЯТИЯ?



Спортивную организацию рядом с домом не так-то просто найти. Если получается — это здорово! Но, как правило, ближайшие к месту жительства секции находятся при школах, занятия там проводят учителя физкультуры, которые нередко относятся к этому как к дополнительной нагрузке и второстепенному действию. Многие родители жалуются, что нет хороших тренеров, что они уже перепробовали множество видов спорта, а толку нет. Но при этом упорно ведут ребенка в свою школу или максимум соседнюю. Конечно, бывает, что учитель физкультуры оказывается классным тренером, но не факт, что он сам сможет обеспечить участие детей в соревнованиях и масштабных мероприятиях. Поэтому подходите со всей ответственностью к выбору организации, тогда и причин потери мотивации у ребенка будет значительно меньше.



**ЕСЛИ ЭТО ПРОИЗОШЛО**

**1** Но что делать родителям, которые уже столкнулись с этой проблемой? Для начала поговорите с ребенком откровенно. Скажите ему, что никто не собирается заставлять его ходить на тренировки и попросите рассказать, что же на самом деле его не устраивает и почему он не хочет больше заниматься. Дальнейшие ваши действия зависят от выявленных причин.

Например, ребенок жалуется, что ему не дают пас в игре и у него ничего не получается. Это довольно распространенный случай, если речь идет о командных видах спорта. Расскажите начинающему футболисту, баскетболисту, волейболисту, хоккеисту о том, что в игре — один мяч, одной шайба на всех, и 90% игроков практически все время находятся в ожидании паса. Очень важно еще, чтобы юный спортсмен понял, что приносить пользу команде может не только тот, у кого сейчас мяч или шайба. Можно стать хорошим защитником, надежным партнером и помогать своим товарищам. В таком случае рано или поздно остальные игроки увидят твою старательность, начнут больше доверять и чаще давать пас.

Приведите примеры игроков из каждого вида спорта, которые стали известными, не забивая много очков или шайб. Можно найти мотивирующие ролики или фильмы о том, как великие спортсмены шли к своим целям, преодолевали трудности, проявляли упорство и настойчивость, даже когда никто не воспринимал их всерьез.

И еще надо сказать своему сыну или дочери, что вы верите в него и любите независимо от результата, которого он добивается.

**2**

Обязательно стоит пообщаться с тренером и выяснить, как проходит тренировочный процесс и в чем сложность, именно по его мнению. Может, в группе или команде конфликт, или нагрузка большая, или стоит позаниматься индивидуально с инструктором, чтобы подтянуть те или иные навыки.

**3**

Если есть возможность, посетите сами несколько тренировок. Не пожалейте времени, сходите на занятия и сами посмотрите, в чем может быть проблема. Заодно это поможет вам более конкретно, со знанием предмета, разговаривать с детьми о том, как прошел их день и, в частности, тренировка.

**4**

Будьте с подрастающим поколением на одной волне. В выходной день наденьте кроссовки, выйдите на площадку во дворе и займитесь с детьми тем видом спорта, который им нравится, почувствуйте на себе все сложности, с которыми может столкнуться ребенок. А после совместной тренировки обязательно поговорите о том, что было трудно, а что, наоборот, очень хорошо получалось.

Заинтересованное и деятельное участие родителей в жизни ребенка без излишнего давления — залог его спортивных, а может, и жизненных успехов. Внимательно относитесь к выбору секции, помогайте своим детям сами и держите руку на пульсе событий. Тогда вместе вы сможете преодолеть все трудности!

*Всеим здоровья!*

