

Почему мой ребенок уже несколько лет тренируется, а побед нет?

Такой вопрос часто задают родители юных спортсменов. Если спросить родителей, каких результатов они сами ждут от своего ребенка, то самые частые ответы:

- мы растим будущего чемпиона, и он им будет;
- мы ждем медалей;
- он должен быть сильнее всех.

Родители сильно переживают, станет ли их ребенок чемпионом, сумеет ли достичь поставленной цели. И они хотят результатов здесь и сейчас, а ни в каком-то отдаленном будущем. При этом, как правило, цель, которая стоит перед ребенком, принадлежит самим родителям.

Часто, гонясь за желанием завоевать медали и только первые места, забывается главное — здоровье ребенка и психическое, и физическое.

◆ Тренер любит победителей

Одной из причин такого рвения родителей является поведение тренера. Родители жалуются, что наставник заинтересован только в тех спортсменах, кто может завоевывать медали здесь и сейчас. А остальные отходят на второй план. Работа с ними ведется по остаточному принципу. И разница между спортсменами первой и второй линии в такой ситуации только усугубляется.

И вот здесь родители начинают давить на юного спортсмена, чтобы он изо всех сил старался заслужить внимание тренера. Ребенок полностью находится во власти тревоги и ответственности.

◆ И что в итоге?

Ребенок, находящийся под постоянным контролем родителей, под гнетом их ожиданий, не показывает должных результатов. И, как правило, результаты могли быть намного лучше, если бы не давление родителей, да еще и тренера. А в подростковом возрасте сын или дочь и вовсе наотрез отказывается ходить в секцию.

Главное, что родители должны понять, что не всегда первые места и медали являются показателем результата, которого достиг юный спортсмен.

◆ Такие важные показатели

Гораздо важнее видеть пусть и маленькие, но такие важные шаги у юного

спортсмена:

- + Он стал увереннее. Может вам вспомнятся его первые робкие шаги на первых соревнованиях, а сейчас он не боится выходить на помост.
- + Вчера сын не мог ни разу подтянуться на кольцах, а сегодня у него легко получается.
- + А может из «пышечки» девочка превратилась в пластичную гимнастку.
 - + На тренировки ходит с удовольствием.
 - + Стал раскрепощеннее в общении со сверстниками.
- + Ребенок стал дисциплинированным. Вчера вы сами собирали сумку на тренировку и выкладывали вещи после. А сегодня сын сказал, что может справиться сам.

Этот список родители и сами могут продолжить, достаточно вспомнить и проанализировать, что ребенок сделал вчера и каких высот достиг сегодня.

◆ Задачи детского спорта

Главные задачи, которые стоят перед начинающими спортсменами:

- + Полюбить спорт. Занятия должны приносить удовольствие.
 - + Сформировать основные спортивные навыки.
 - + Укрепить тело и дух.
- + Установить доверительный контакт с тренером, который поведет его дальше к вершинам.

Именно личностные изменения важны для юного спортсмена. Помните о том, что в СПОРТЕ только из ЛИЧНОСТИ вырастает настоящий чемпион.

Информация заимствована <https://vk.com/rebenokvsporte>