

Сыну — бокс, дочке — танцы?

Елена Костина

Порой мы, родители, приобщая ребенка к спорту, совершаем ошибки. Заставляем его добиваться высоких результатов, не замечая, что ребенку это совсем не надо. Как не ошибиться?



Аля Брагина
спортивный психолог,
Ханты-Мансийск

— Аля, скажите, пожалуйста, что дает ребенку спорт, кроме общего развития и бодрости тела и духа?

— Вы совершенно правы, прежде всего, физическое и моральное развитие. В первую очередь, воспитание таких качеств, как воля, настойчивость, терпение. Это полезно, как для мальчика, так и для девочки.

— А в каком возрасте нужно приобщать к спорту? В три года? В пять? В семь?

— У каждого вида спорта есть свой оптимальный возраст, но в среднем, это шесть-семь лет. Почему? Потому что ребенок должен быть готов к таким переменам в своей жизни. с малышом до пяти лет лучше походить в какие-то общие детско-родительские группы, например, плаванием заняться всей семьей. Есть специальные бассейны, адаптированные для маленьких детей, в них подогретая водичка, а занятия ведет специально обученный тренер. Если вашему сыну понравится, он увлечется — станет пловцом. Со временем он определится, и лет в шесть-семь перейдет в профессиональную спортивную группу.

— А вот в секции восточных единоборств берут и четырехлетних сорванцов...

— Да, берут, только первые пару лет с ними ведут исключительно подготовительные занятия, изучая азы боевого искусства, рассказывая на понятном детям языке

суть его философии. И, конечно, занимается бесконтактно, то есть, без боев.

— Иногда ребенок бросает секцию, о которой по-настоящему мечтал. Это происходит из-за «слабинки» в характере или...

— Интерес ребенка к спорту нужно поддерживать. Это первое. Второе, ребенок должен быть готов к занятиям спортом не только физически, но и морально. Как родитель может его подготовить? Интересно рассказывать ребенку об этом виде спорта, о его истории, о великих чемпионах, о том, в чем состоит суть занятий, что придется делать, какие трудности могут ждать на этом пути и как здорово бывает, когда спортсмен их преодолет...

— А что должно стать главным сигналом для папы и мамы: он готов?

— Желание. Ребенок должен сам его озвучить. К примеру, сказать: «Мама, я очень хочу плавать».

— И все же, в пять-шесть лет ребенок еще не всегда готов



Главное — чтобы занятия были в радость

к осознанному выбору. Окончательное решение о выборе секции все-таки принимают мама и папа. Что важно знать родителю, делая этот выбор?

— Поэтому мы и говорим о важности моральной подготовки. Надо обязательно объяснить, что занятия спортом — дело непростое, это не только приятно и радостно, но и требует напряжения сил. Это серьезный труд. Надо соблюдать спортивный режим, вставать рано утром, несколько раз в неделю ходить на тренировки, а это означает — меньше свободного времени на те же мультики и на прогулки с друзьями во дворе. Девочка или мальчик должны это осознать и согласиться с такими «потерями».

— А если у ребенка все же со временем пропадает желание?

— Мне кажется, если ребенок противится, то заставлять, «ломать» его не нужно. Наверное, стоит поискать другой вид спорта, который ему придется по душе. Сейчас такое большое разнообразие, что вы наверняка найдете решение. Может, вашему ребенку нужны не бег или акробатика, а... шахматы.

— А мы порой, думая, что вырабатываем в ребенке стойкость, на деле из будущего Карпова пытаемся сделать... Карелина?

— Бывает и так. Хочу еще раз подчеркнуть: надо повнимательнее прислушиваться к своему ребенку и, конечно, не давить на него.

— А как насчет сугубо «мужских» видов спорта? Иногда родители мальчиков говорят: «Наш Славик такой домашний, мягкий, мы хотим отдать его в секцию. Там из него сделают настоящего мужчину!»

— Ребенка нужно любить, каким бы он ни был. Надо разбираться в ситуации глубже. Либо он домашний и мягкий, и в этом родители не без оснований видят отсутствие характера; либо за этой домашностью и мягкостью скрывается жизненный стержень, который не согнуть. Вы прекрасно знаете, что не всегда мягкость — признак слабости.

Каждый случай — индивидуален. Не надо пытаться приобщить ребенка к спорту насильно. Если ему не понравится, он все равно станет прогуливать, у него не будет результатов, и почти гарантированы подавленное состояние и плохое настроение. А чтобы все это распознать (если ребенок сам не решается сказать, что спорт ему не по душе), для родителей очень важно наладить хороший контакт с тренером. Поговорить о том, насколько успешен ребенок, с желанием ли занимается? Хороший тренер — мудр и внимателен к детям. Он сможет дать верный совет. Может, вам, действительно, стоит предложить ребенку другой вид спорта или найти совсем иное занятие, которое будет ему по душе.

Продолжение разговора
в следующем номере