

МОТИВАЦІЯ
ДИТИНИ ДО
ЗАНЯТЬ СПОРТОМ

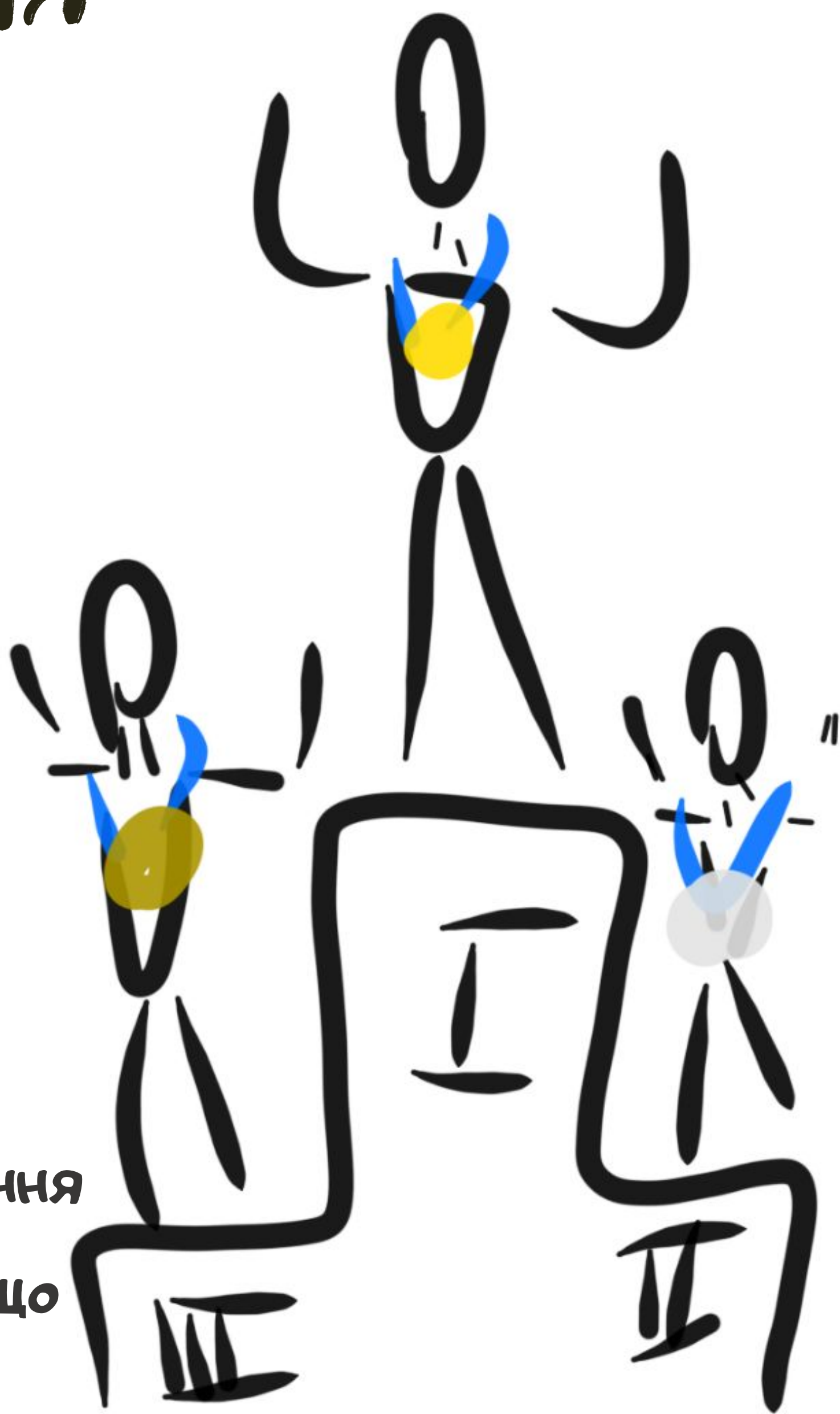
ПЛАНУВАТИ МАЙБУТНЄ РАЗОМ З ДИТИНОЮ.



Це спрацює тільки зі старшими підлітками. Проте,
подумайте разом з дитиною, які позитивні якості він
придбає від занять спортом.

Яким чином може змінитися його характер, воля,
самооцінка і впевненість у
власних силах.

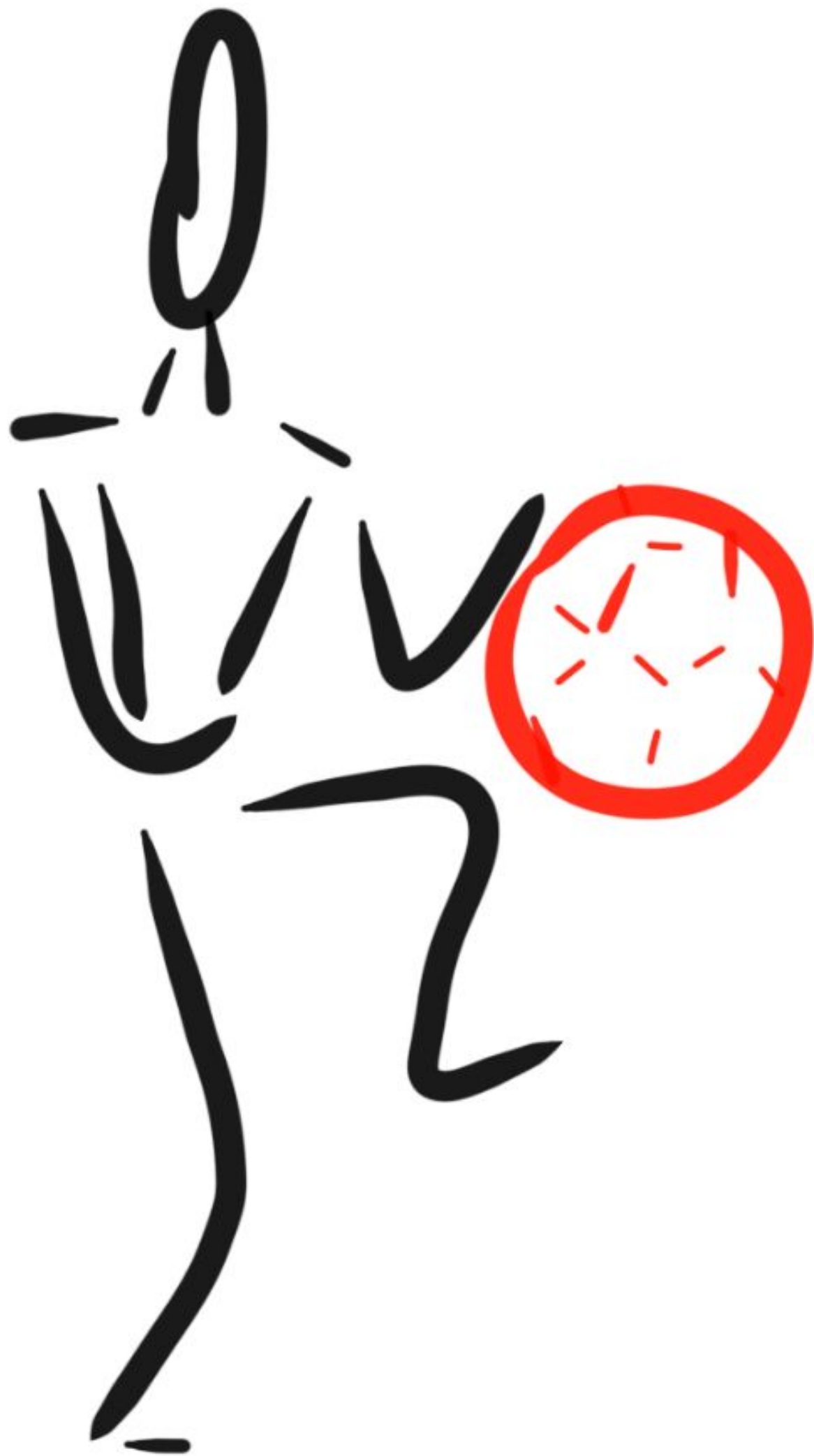
РОЗПОВІСТИ ПРО ДОСЯГНЕННЯ



Розповіді про досягнення
його тренера і хлопців, що
займаються в клубі.

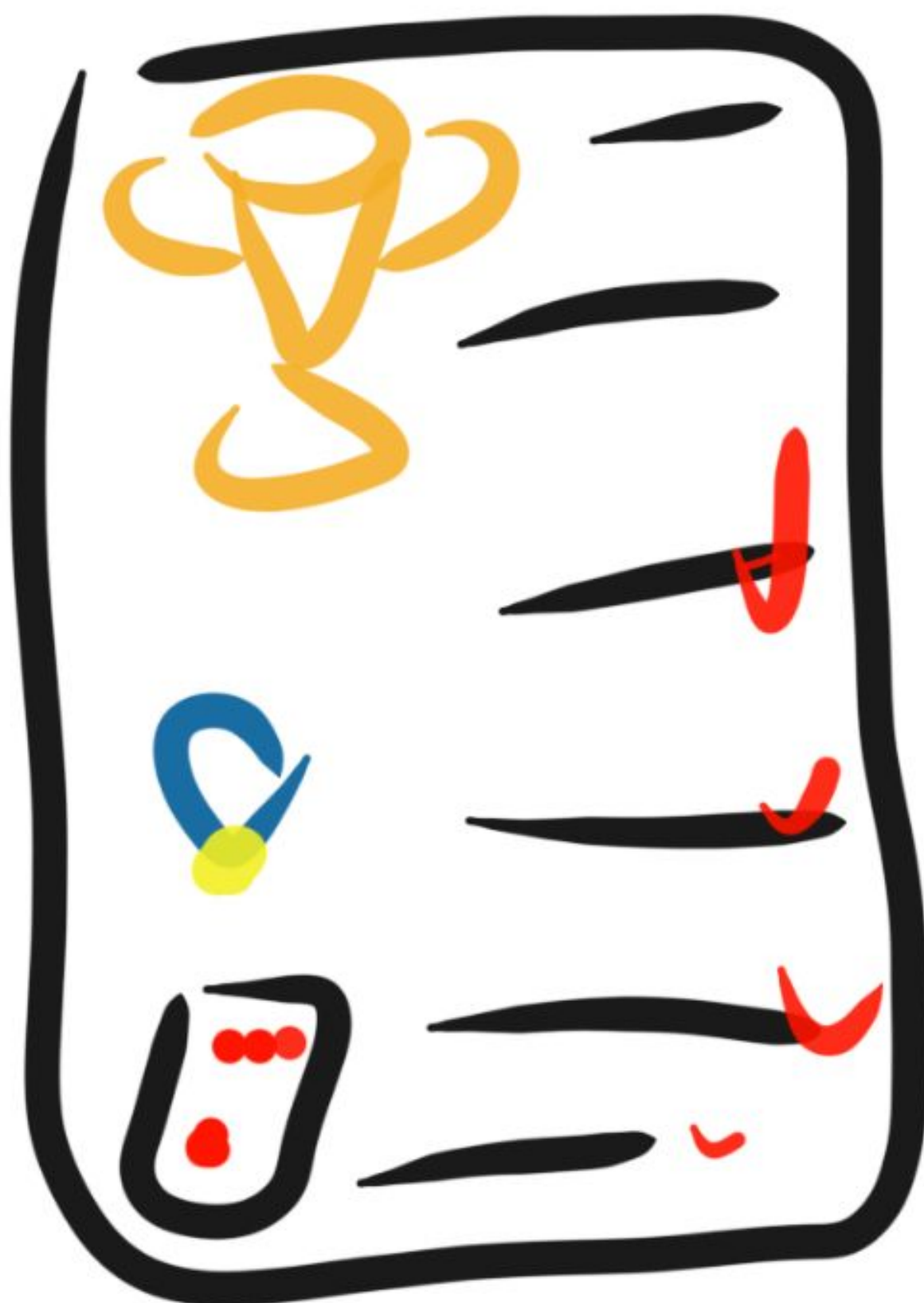
Кожні півроку проходять атестаційні семінари,
на яких хлопці демонструють свої знання та
підвищують свої учнівські ступені. Отримання
спортивного підвищення ціла подія для всіх
юних спортсменів і гордість для їх батьків;

ВИЗНАЧИТИ ЧАС ДЛЯ ВІДПОЧИНКУ.



Дайте дитині зрозуміти, що п'ять днів в
тиждень він ходить на тренування, а
субота і неділя його законні вихідні і в ці дні
він робить що захоче. Без сумнівів, дитині
простіше жити в чіткому режимі, ніж бути
наданим нагоди;

Погодьтеся, долати і перемагати маленькі
труднощі кожен день завжди приємніше, ніж
ставити одну глобальну і йти до неї
роками. І як приємно буде дитині від
бачення своїх власних результатів тут і
зараз;



ПОСТАНОВКА
НЕВЕЛИКИХ ЦІЛЕЙ І
ДОСЯГНЕННЯ ЇХ

Питати про тренування,
цікавитися результатами,
якимись, здавалося б
примітивними речами,
скільки разів присів або
віджався;



ПІДТРИМУВАТИ ІНТЕРЕС
ДИТИНИ



ВИКЛИКАТИ ПРАГНЕННЯ ДО ПЕРЕМОГИ.



Як приклад помріяти
разом з дитиною про те
як він буде себе
почувати коли здобуде
перемогу.

Такими розмовами можна спонукати
дитину і викликати почуття якоїсь
гордості за досягнення, впевненості в
силах;

ХОДІТЬ НА ЗМАГАННЯ

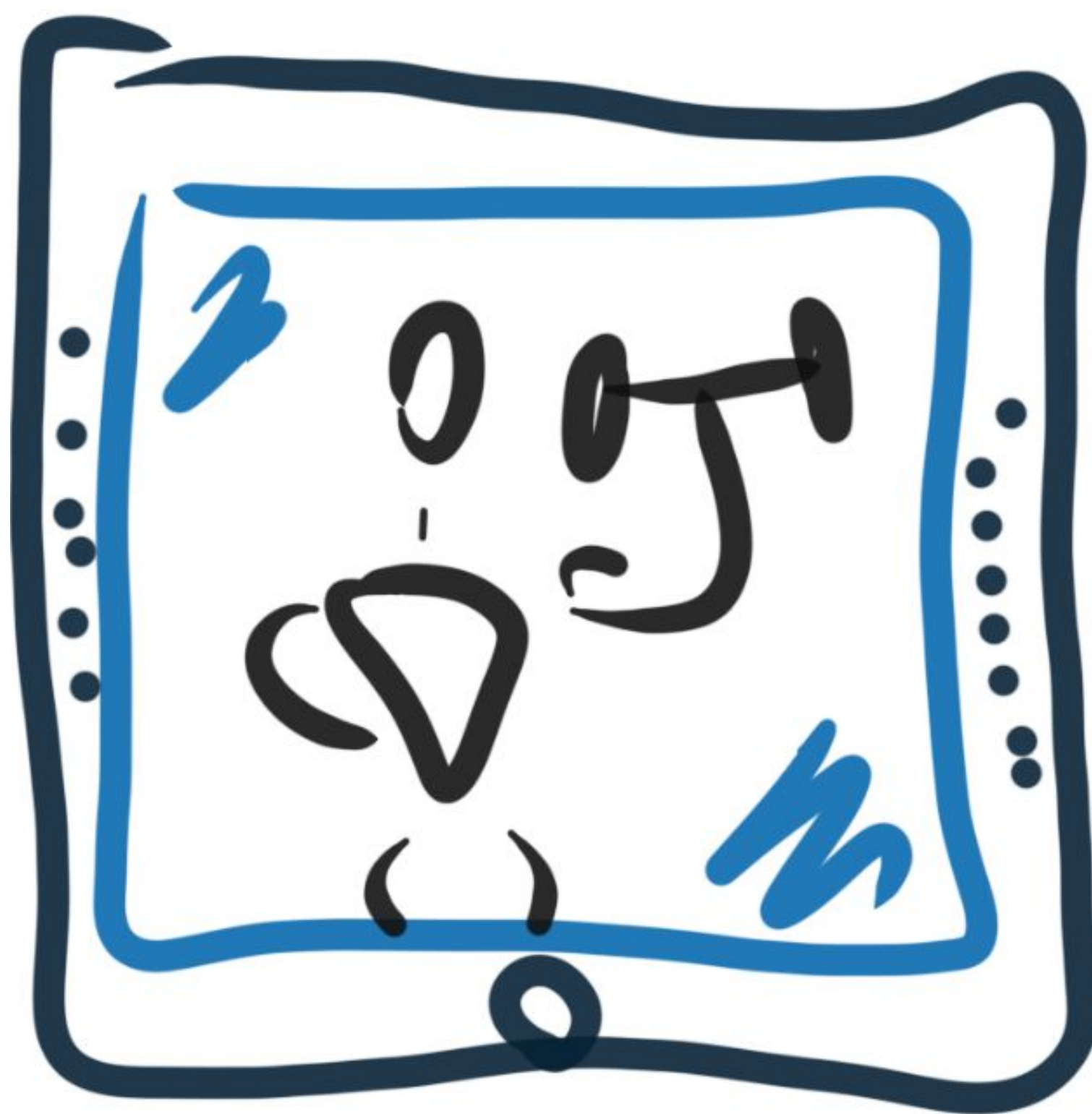
Як глядачі і як
учасники. Тренер
завжди оцінює
сили кожного
спортсмена.

Припустимо, дитина не
готовий до участі, ні
фізично ні
емоційно, такого
спортсмена просто не
допустять до змагань



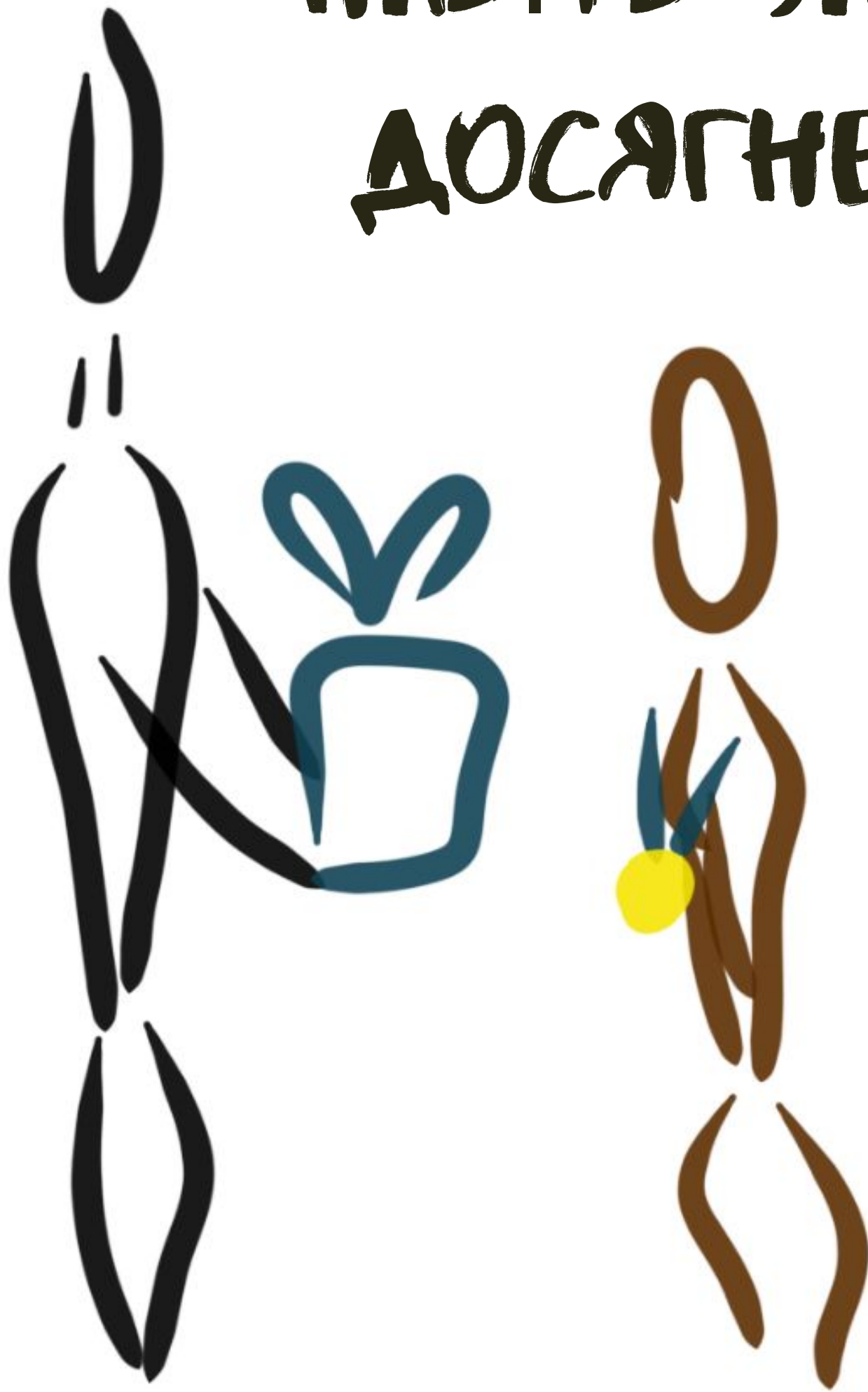
.І ще один момент важливо пояснити дітям,
в змаганнях завжди беруть участь
спортсмени приблизно однаковою
підготовки, в одному спарингу не
братимуть участі новачок і бувалий
спортсмен

ВИКЛИКАТИ І ПРОЯВЛЯТИ ІНТЕРЕС ДО СПОРТУ



Перегляд спортивних
передач, спортивних
журналів, фільмів про спорт і
спортсменів

ЗАХОЧУВАТИ НАВІТЬ ЗА МАЛІ ДОСЯГНЕННЯ



Ви повинні стежити за
просуванням вашої
дитини в спорті. Бачачи
його прогрес, ви повинні
хвалити його або
винагороджувати.

Однак пам'ятайте і в цій справі потрібно знати міру, і
не перетворити ваше чадо в любителя похвали і
того, хто живе тільки заради цього. Важливим
моментом при цьому є те, що дитина дійсно повинен
був постаратися над досягненням мети. Він довго і
наполегливо працював, але результат був поганим, а
батьки увійшли в становище і втішили чимось
приємним (поїздка, похід в кіно або кафе, гра,
слова підтримки)

**На додаток до попередньої
рекомендації, знайте не можна
підкуповувати дитину.**

**Інакше він почне шантажувати вас, і
кожне заняття для нього стане не
потіхою, але мукою заради іграшки або
солодощів**



**ПОДАРУНКИ
- ЦЕ НЕ ЗАМАНЮВАННЯ
ДИТИНИ НА СЕКЦІЮ**

**НЕ
ТИСНІТЬ І
НЕ
ПОРІВНЮЙТЕ**



**завдання дати дитині мотивацію а не вбити
її на корені, тому не змушуйте його
йти туди, куди він сам не хоче, а також не
порівнюйте з Васею з сусіднього
під'їзду, який бігає швидше.**

**Це важливо у всіх аспектах
виховання, а не тільки в
спорті. Показуйте свою
зацікавленість в спорті і
дитина потягнеться до
спорту.**



БУДЬТЕ ПРИКЛАДОМ

**Регулярно розповідайте дитині про
бонуси заняттям спортом, але робіть це
правильно: юнакам буде цікаво знати
про силу і повагу, а дівчаткам про
красу.**



РОЗПОВІДАЙТЕ ПРО ПЛЮСИ

ПІДТРИМКА У ВСІХ ПОЧИНАННЯХ



**Демонструючи підтримку, дайте вашому
чаду зрозуміти, що ви ним пишаєтесь, а
його старання для вас приємні і важливі.**

**Однак, знайте, що дитина не повинна
думати, що
тільки так він може заслужити вашу
підтримку.**