**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

**СЕГОДНЯ МЫ ПОГОВОРИМ О ТОМ, КАК ВЫБРАТЬ ВИД СПОРТА ДЛЯ МАЛЬЧИКА:**

Первые стремления отдать малыша на карате, футбол или хоккей появляются уже после третьего дня рождения карапуза.

Специалисты же советуют не спешить в этом вопросе, ведь определенные жизненные пристрастия у него появляются немного позже.

Здесь важно придерживаться принципа «***не навреди***».

Во-первых, в таком возрасте у крохи еще нельзя выявить предрасположенность к тому или иному виду спорта. Во-вторых, тренеров, способных к работе с такими малышами, можно пересчитать по пальцам.

Особо стоит остановиться на вопросе территориального расположения школы или [спортивной секции](http://sports.uaua.info/). Практика показывает, что большие расстояния очень утомительны, причем именно для взрослых.

Дальше будут прогулы и вообще отказ от занятий. И в итоге в подсознании ребенка откладывается понятие, что спорт не так уж и важен. В будущем привить любовь к физической активности вряд ли удастся. Как показывает практика, просидит Ваше чадо всю жизнь перед компьютером, здоровье будет медленно чахнуть, а осанка все больше будет напоминать знак вопроса.

**Чем руководствоваться при выборе спортивной секции для мальчика?**

Прежде всего – ***индивидуальными*** особенностями малыша, а не личным интересом. Попробуйте оценить его способности максимально объективно. Лучше всего предрасположенность ребенка к определенному виду спорта видна в интервале ***от 5 до 7 лет***.

Можно, конечно, отдать его в спорт и раньше, но это выбор будет сделан «пальцем в небо». Наша задача – максимально использовать детские природные данные.

Если у мальчика лишний вес, а его ведут в секцию футбола, чтобы он похудел. И это неверное решение. В футболе важны подвижность и координированность, а конституция такого ребенка – гарантия того, что тренировка для него превратится в унижение. В конечном итоге это может привести к ***неприятию*** спорта вообще.



***Полным детям*** гораздо больше подойдут плавание, дзюдо, некоторые разновидности легкой атлетики или хоккей (в котором изрядный вес даже приветствуется)

. 

Дальше стоит обратить внимание ***на рост.*** [Высокие люди](http://www.uaua.info/relationship/slider-27369-samyie-vyisokie-v-mire-roditeli-i-ih-deti-foto/) особо ценятся в таких играх, как баскетбол и волейбол. Это настолько важный фактор для этих игр, что тренеры готовы простить потенциальным воспитанникам и некоторую медлительность, и посредственную координацию движений.



Так что, если ваш сын хорошо растет, – обратите внимание в первую очередь на «паркетные» виды спорта. Кстати, бывают случаи, когда высокий рост становится помехой для занятий. В спортивной гимнастике, например, таких не любят, считая их нескладными и бесперспективными.

В ***футболе и хоккее***есть довольно жесткие критерии: скорость, ловкость, резкость.

Скорость – это единственное качество, которое невозможно «привить» – она дается от природы, и увеличить ее в ходе тренировок можно лишь на 10% – научно доказано.

Помните, что, [выбирая вид спорта](http://www.uaua.info/horoscope/slider-22232-vyibiraem-sektsii-i-kruzhki-dlya-detey-po-znaku-zodiaka/) для своего сына, Вы ставите перед собой цель доставить удовольствие ребенку от будущих занятий. Правильный выбор должен стимулировать его желание всю жизнь заниматься спортом, пусть и не профессионально. Если же подойти к этому вопросу неправильно, карапуз будет считать свои тренировки некой повинностью, от которой захочется избавиться.

*Консультацию по материалам сети Интернет подготовила*

*инструктор по ФК Клюкина О.А.*