СПОРТ И ДЕТИ

Наверняка, почти каждый из нас, взрослых людей, в детстве посещал какую либо спортивную секцию. Большинство записывалось спортивные клубы по собственному желанию и предпочтению, некоторые — просто следовали воле родителей. На самом деле, правильно выбранный вид спорта, и вообще занятия спортом, всегда полезны для детей, для их физического и психического развития. Все, что хорошо и полезно для детей, естественно, нужно и для их родителей.

У родителей, чьи дети, занимаются спортом, возникают дополнительные приятные обязанности и хлопоты, к числу которых часто относится, доставка ребенка в спорт-клуб и обратно, посещение соревнований, оплата услуг спортивной секции, экипировки юного спортсмена и т. п. В том, что дети занимаются спортом, есть большая польза и для родителей. Папы и мамы имеющие в своей семье юных спортсменов обязаны быть более организованными.

С детьми занимающимися спортом легче наладить контакт, ведь вы уже знаете чем серьезно увлечен ваш ребенок. Необходимость часто проводить время вместе помогает  быть ближе, и становится друзьями друг для друга. Болеть за своего ребенка на соревнованиях, поддерживать его в его увлечениях, знать о его планах, целях и мечтах, путь к хорошим взаимоотношениям между родителями и детьми.

В том, что ребенок занимается спортом есть и другие очевидные плюсы:

1. Ребенок увлеченный спортом, не имеет времени на безделье, глупости и другие (часто совсем неприемлемые) увлечения.
2. Спорт полезен для здоровья, физического и психического развития;
3. Дополнительные занятия, требуют умения контролировать и управлять собственным временем, быть организованным, не тратить время зря.
4. Каждый вид спорта, какой бы не предпочел ваш ребенок, развивает ряд положительных способностей и качеств характера. Чаще всего, это: целеустремленность, концентрация внимания, быстрота реакции, самостоятельность, умение принимать решения, ответственность, умение действовать в команде или самостоятельно, умение концентрировать и распределять свои силы и т. п.
5. Спорт- помогает избавиться от комплексов и самоутвердиться.
6. Достижения в спорте — часто помогают в учебе, в школе, колледже и институте.

Занятия спортом — приносят множество позитивных эмоций в жизнь человека и пользу его здоровью. Стоит учитывать, что многие виды спорта, предусматривают большие физические нагрузки. Перед тем, как записать своего ребенка в ту или иную секцию, нужно прежде всего проконсультироваться с врачом, который сопоставит физической состояние ребенка, его возраст и предстоящие нагрузки на его организм. Возможно, вам придется прийти в секцию через год, а может вам порекомендуют другой вид спорта. Во всяком случае излишние нагрузки в детском возрасте могут нанести непоправимый вред вашему ребенку. В большинстве серьезных секций, перед зачислением ученика, в обязательном порядке требуют разрешение врача.

Одним из самых важных моментов, является желание ребенка заниматься тем или иным спортом. Ведь, как известно: «тот кто хочет, тот и может». Не заставляйте свое чадо посещать ту секцию, которую **вы** считаете интересной, пусть ребенок **сам** определится со своими интересами. Хотя, дети очень часто с удовольствием занимаются теми видами спорта, которыми, в свое время увлекались их родители.

**Желаем вам успехов в спорте!**