



## **„PORADNIK, JAK IDEALNY RODZIC DZIECKA MOŻE STAĆ SIĘ IDEALNYM RODZICEM ZAWODNIKA”**



1. Wynik nie jest najważniejszy. Daj dziecku odczuć, że zależy Ci na nim a nie na wyniku. Zamiast pytać, które miejsce zajęł, czy jakim rezultatem zakończyło się spotkanie, zapytaj jakie ma samopoczucie i jak ocenia swoje występy. To, że dziecko garnie się do sportu i chętnie przychodzi na treningi już powinno być wielkim sukcesem.
2. Nie wyolbrzymiaj zbyt wiele sukcesów swojego dziecka. Trzeba się z nich cieszyć, ale nie podkreślaj, że są najważniejsze. Nawet wtedy radość z piłki i rozwój są wyżej w hierarchii.
3. Wspieraj dziecko, kiedy nie ma sukcesów. Kiedy są zwycięstwa samo sobie poradzi. Czy wygrywa, czy przegrywa kochaj je zawsze tak samo. Przypominaj dziecku, że jutro też jest dzień i niezależnie od porażek i sukcesów świat się nie zawali.
4. Porażki są bardzo ważnym elementem procesu szkolenia, uczą szacunku do innych, pokory i skromności. Dają możliwość wyciągania najlepszych wniosków. Traktuj je jako element nieodzowny w kształtowaniu mistrza.
5. Jeśli rozmawiasz z dzieckiem o sporcie i analizujesz jego ewentualne postępy, nigdy nie porównuj jego osiągnięć do innych kolegów. Nie wzbudzaj w dziecku poczucia zazdrości i zawiści w stosunku do rywali. Pamiętaj, że każdy rozwija się w innym tempie. Stosuj - FAIR PLAY.
6. Czy na pewno chcesz dodatkowo stresować dziecko swoją ciągłą obecnością na boiskach? Stałe kontrolowanie swojej pociechy, zwłaszcza na zajęciach, które mają na celu oderwanie na 2h od codzienności, nie jest wskazane.
7. Pozostaw dziecku miejsce na samodzielność, zamiast je od siebie uzależniać. Dotyczy to zarówno podejmowania decyzji na boisku, jak i np. pakowania na trening, czy noszenia torby, a nawet wiązania butów.
8. Dzieci prędzej będą takie, jakimi my jesteśmy, niż jakimi chcielibyśmy, żeby byli. Jeśli będziesz je ciągle instruował, ma szansę zostać instruktorem ;) jeśli wykażesz zainteresowanie i zaangażowanie, będzie chciał Ci zaimponować. Umiejętności należy wytrenować, a nie tylko wytłumaczyć więc pozwól mu skoncentrować się na ćwiczeniach.
9. Pozwól, aby sport należał do dziecka, aby nie był czymś, czego chcą tylko rodzice. Daj możliwość dziecku zrozumieć wartość systematycznej pracy nad samodoskonaleniem i daj szansę realizowania się przez sport. Nie realizuj własnych ambicji kosztem swojego dziecka.
10. Twoje dziecko ma prawo trenować, ale zawsze ma prawo zrezygnować ze sportu wyczynowego. To jego suwerenna decyzja. Zawsze możesz doradzić, ale nigdy nie naciskaj. Powtarzaj mu zasadę „2xM” – Możesz wygrać, ale nie Musisz.
11. Trener edukuje się po to, żeby wiedzieć, co dla Twojego dziecka jest najlepsze i właściwe. Nie krytykuj, zwłaszcza przy dziecku, jego decyzji, nie podważaj jego autorytetu, nie ingeruj w strategię. Pamiętaj, że dziecko w domu a w grupie, to dwie inne osoby. Ty patrzysz przez pryzmat dziecka w domu, a trener dziecka w grupie – istotna różnica. Zaufaj mu.
12. Jeżeli jesteś na zawodach lub treningach pokazuj dziecku pogodną twarz. Nie pokazuj negatywnych emocji. Nie wchodź w skórę trenera, nie wtrącaj się w jego strategię. Nie podpowiadaj i nie instruuj, nie sędziuj i nie osądzaj. Bądź rodzicem, (trenera i sędziego już ma, a potrzebuje też Ciebie), a najlepiej kibicem z dobrym humorem.
13. Zawsze możesz poprosić trenera o 15 minut rozmowy poza treningiem w celu wyjaśnienia jakichś wątpliwości dotyczących sfery wychowawczej czy osobowej dziecka. Trener nie będzie rozmawiał na tematy czysto sportowe (np., dlaczego to dziecko a nie inne gra, dlaczego na obronie, a nie w ataku itp.). Trener wie co robi i to jest jego zakres działania.
14. Zgłaszaj trenerowi nieobecności dziecka na treningach lub meczach. Dzięki temu trenerzy mogą przygotować adekwatny (lepszy) trening lub dać szansę gry innemu zawodnikowi. To wpływa na jakość szkolenia i zadowolenie graczy.

Przejdźcie obojętnie obok tych wskazówek wcześniej czy później doprowadzi do „katastrofy”, a tego byśmy wszyscy chcieli uniknąć, aby przez błędy rodziców nie cierpiały dzieci... (wybór należy do Państwa).