**Спорт  надо  подбирать  ребенку  под  характер**

Многие родители, которые приводят детей  в  спортивные  секции, не задумываются о том,  что  определенные  виды  спорта  требуют  и особых  черт  характера. Но спорт необходимо выбирать под характер.

Виды  спорта  делятся  на  группы:

***Первая  группа*** – единоборства (самбо, дзюдо, борьба).

Единоборство – значит, противники  борются  один  на  один. И для того чтобы победить, нужны  не только  физические  данные, но  и особенный  склад  психики, особый  характер. Спортсмены, выступающих в единоборствах - личности  яркие, эгоистичные, но кроме этого у  них  есть  смелость, терпение, трудолюбие, умение  быстро  принимать  решение. Если ребенок непоседа, имеет свое мнение, то  его  надо  отдавать  именно  на  единоборства.

 ***Вторая  группа*** -  командные  игры (футбол, волейбол, баскетбол).

В этих  группах  на  первое  место  выходит  умение  проявлять  себя  коллективным  бойцом, у  детей  воспитывается  не  только  чувство  «локтя», но и умение взять на себя ответственность за  общее  дело. Если ребенок легко вливается  в  коллектив, проявляет лидерские  качества  или, наоборот, чувствует  себя  комфортно  на  второстепенных  ролях, можете  попробовать  для  него  командные  виды  спорта.

***Третья  группа*** – индивидуальные  виды  спорта (легкая атлетика, пауэрлифтинг, лыжи, настольный  теннис, шахматы, фигурное катание). Успешность  в  этих  видах  спорта зависит   от  характера  ребенка, от его желания и природных  задатков.

**Советы  для  родителей при выборе секции для ребенка**

 Совет 1.Обсудите будущие  спортивные  занятия  своего  ребенка на семейном совете. Главное – не забыть учесть желания ребенка

Совет 2. Прежде чем принять окончательное решение , присмотритесь к избранному виду спорта повнимательнее, посетите спортивные соревнования и учебно-тренировочные занятия.

Совет 3. После любого перенесенного ребенком заболевания, даже легкой простуды, не разрешайте ему возобновлять занятия до полного выздоровления. Следите, чтобы нагрузка на тренировочных занятиях после болезни повышались постепенно. Никогда не допускайте участия больного ребенка в соревнованиях.

Совет 4. Не заставляйте ребенка заниматься тем, к чему у него не лежит душа.

Совет 5. Не перегружайте ребенка спортивными занятиями, достаточно посещать одну секцию.

 Совет 6. Не заботьтесь о спортивной карьере ребенка и его рекордах слишком рано, выполняйте рекомендации спортивных врачей.

 Совет 7. Помогайте своему ребенку освоиться в спортивной школе, никогда не ругайте за неумелое выполнение упражнений, будьте рядом во время спортивного поражения, поддерживайте и обсуждайте все его проблемы.

Если вы поверите в своего ребенка, ему будет легче преодолевать трудности.