



# «3 ГЛАВНЫЕ ОШИБКИ РОДИТЕЛЕЙ, ВЕДУЩИЕ К ФОРМИРОВАНИЮ НЕУВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ, СТРАХА ОШИБКИ И ЛЕНИ У ФУТБОЛИСТОВ»

Для начала нужно вспомнить тот факт, что страхи, неуверенность в себе и прочие проблемы, которые есть у детей, формируются не с рождения, а в результате жизненного пути и полученного опыта.

В нашей школе футбола мы значительное внимание уделяем не только технике, физике и тактике, но и психологии юного футболиста.

Одна из задач спортивной психологии заключается в "раскапывании" причин возникновения страхов у юных футболистов, их преодоление.

**КОГДА МЫ ПОНИМАЕМ ПРИЧИНУ, ДАЛЬШЕ ЛЕГКО РАБОТАТЬ СО СЛЕДСТВИЯМИ, КОТОРЫЕ У ВСЕХ ПЛЮС МИНУС СХОЖИ. ПЕРЕЧИСЛЮ ПЕРВЫЕ 4.**

- 1** Ребенок боится ошибок на поле, поэтому играет поперек, назад, не рискует, бьет в одно касание непонятно куда, часто теряет мяч, долго думает, теряется перед соперником, не обыгрывает.
- 2** Ребенок боится взять инициативу на себя, поэтому не бьет по воротам, когда есть возможность, не рискует, перекладывает ответственность на других при любом удобном случае.
- 3** Ребенок боится травмы, поэтому не борется до конца, уступает более сильному физически сопернику, играет мягко, трусовато, его легко обыгрывают.
- 4** Ребенок боится критики, поэтому предпочитает играть «беззубо», по принципу «ГЛАВНОЕ – НЕ ОШИБИТЬСЯ», а такой принцип всегда ведет к последствиям как в пунктах 1 и 2. Такие дети абсолютно не воспринимают никаких подсказок со стороны родителей, даже если родители правы. Они слушают только тренера, даже если тренер говорит не совсем правильные вещи.

## ПЕРВАЯ ОШИБКА

# ОБВИНЕНИЯ И УПРЕКИ ПОСЛЕ ИГРЫ



После игры ребенок испытывает разные эмоции. И это нормально.

ПОСЛЕ УДАЧНОЙ ИГРЫ —  
ЭЙФОРΙΑ.



ПОСЛЕ НЕУДАЧНОЙ —  
РАССТРОЙСТВО, ИНОГДА СЛЕЗЫ.



Не существует стабильных футболистов.

Чем ниже уровень, чем младше дети, тем более нестабильно они играют. Сегодня хорошо, завтра плохо. Даже в один день на турнире они могут сыграть одну игру лучше всех, а другую провалить.

Особенно на первых порах некоторые родители считают, что это ненормально, затем «наламывают дрова»: упрекая, обвиняя ребенка в плохой игре, а еще хуже, если вы говорите ребенку «ТЫ НЕ СТАРАЛСЯ...». А после того, как через какое-то время у ребенка потухают глаза, родителей словно бьет током, они задумываются, что что-то не так. Конечно не так.

**ЗАЧАСТУЮ ИМЕННО РОДИТЕЛИ ФОРМИРУЮТ В РЕБЕНКЕ  
НЕУВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ, А НЕ ТРЕНЕР.**



Да, тренер может посадить на замену после ошибки, что на 100% неадекватность и его низкая компетенция, однако то, как на эту замену или реакцию тренера реагирует ребенок — это ответственность родителя. Именно родитель воспитывает ребенка. Одним все равно, а другие послушные, воспринимают все близко к сердцу, для них это трагедия. Формируется страх ошибки, и ребенок на поле словно парализованный.

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

**ДЛЯ НАЧАЛА ПРИНЯТЬ СВОЮ РОДИТЕЛЬСКУЮ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ  
ЗА ВСЕ, ЧТО ПРОИСХОДИТ С РЕБЕНКОМ.**

Потому что именно вы проводите с ним больше всего времени и формируете в нем все качества для жизни.

**ТО, ЧТО ВЫ ГОВОРИТЕ, ТО, КАК ВЫ СЕБЯ ВЕДЕТЕ, ТО, КАК ВЫ  
ЖИВЕТЕ — ЭТО ВСЕ ФОРМИРУЕТ ВАШЕГО РЕБЕНКА.**



ПОСМОТРИТЕ ВИДЕО И ОЦЕНИТЕ, ДЕЛАЛИ ЛИ ВЫ ТАК  
КОГДА-НИБУДЬ СО СВОИМ РЕБЕНКОМ?





Зачастую это управление сводится к банальным фразам: «Давай-давай», «Беги», «Бей» и т.д.

### ТЕПЕРЬ ПРЕДСТАВЬТЕ СЕБЯ НА МЕСТЕ РЕБЕНКА.

- 👤 Ему кричит тренер, который для него является бесспорным авторитетом.
- 👤 Ему кричат партнеры, которые близко, и он их точно слышит.
- 👤 Вы кричите издали фразы, которые не являются никакой инструкцией. Это просто слова, не несущие в себе никакого смысла. Бить куда? Бежать куда? Давать что?
- 👤 Кричат другие родители своим детям.

### А ВАШЕМУ РЕБЕНКУ НУЖНО ПРИНЯТЬ РЕШЕНИЕ, ЧТО ДЕЛАТЬ С МЯЧОМ, КОГДА У НЕГО 5-6 ВАРИАНТОВ ДЛЯ ПРОДОЛЖЕНИЯ ИГРЫ.

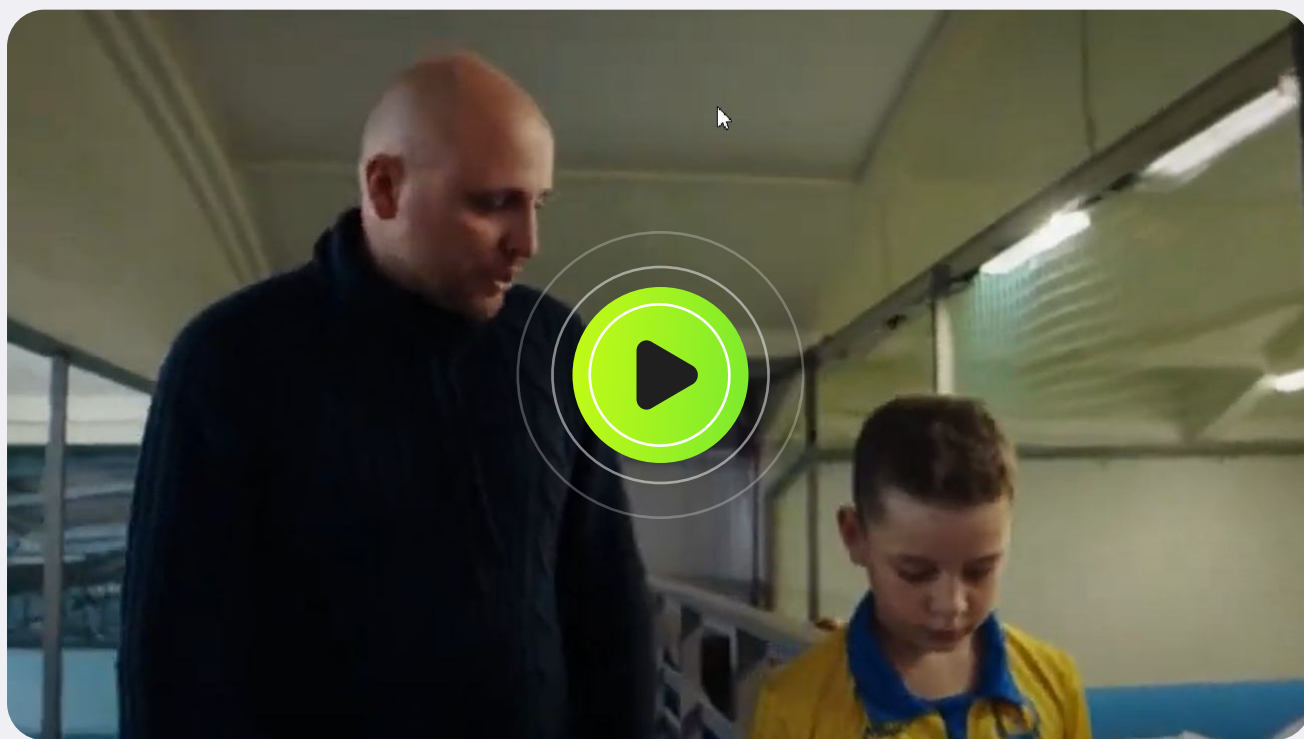
И если ребенок неустойчив психологически, а таких детей большинство, что будет происходить?

Он получит мяч, вокруг шум, он будет долго думать. Пока подумал, пока начал делать действия, уже мяч забрали.

**И ПО ИТОГУ РЕБЕНОК «ПЛОХОЙ».**



ПОСМОТРИТЕ ВИДЕО И ОЦЕНИТЕ, ДЕЛАЛИ ЛИ ВЫ ТАК  
КОГДА-НИБУДЬ СО СВОИМ РЕБЕНКОМ?



## ТРЕТЬЯ ОШИБКА

# СЧИТАТЬ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК ЛЕНИВЫЙ

ОДНА ИЗ ГЛАВНЫХ ПРОБЛЕМ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА — ЭТО ГАДЖЕТЫ.



Игры в гаджетах являются для детей отдушиной, где они чувствуют быстрый успех, где их хвалят, где они достигают целей.

Любое достижение какой-то цели влечет за собой выброс гормонов счастья (дофамин). В случае, если футбол - это регулярный стресс, где постоянно кто-то что-то от тебя требует, где тобой вечно недовольны, куда тебе идти?

### ВАРИАНТОВ НЕСКОЛЬКО:

- 1 Тренироваться, чтобы тобой были довольны.
- 2 Компенсировать свои неудачи в футболе чем-то другим. Зачастую именно телефон является таким средством компенсации для ребенка.

КАКОЙ ВАРИАНТ ВЫБЕРЕТ РЕБЕНОК С БОЛЬШЕЙ ДОЛЕЙ ВЕРОЯТНОСТИ?  
КОНЕЧНО ЖЕ, ВТОРОЙ.

### ГЛАВНАЯ ОШИБКА РОДИТЕЛЕЙ — СЧИТАТЬ, ЧТО РЕБЕНОК САМ ПОЙМЕТ И ОСОЗНАЕТ ЧТО-ТО.

У таких родителей 0,1% шансов на реализацию своей хотелки.



👉 Если родитель ни к чему не стремится, то и ребенок ни к чему не будет стремиться.

👉 Если родитель с большим количеством лишнего веса, то и ребенок будет с лишним весом.

👉 Если родитель не читает, то и ребенок не будет читать.

👉 Если родитель неуверенный, то и ребенок будет таким.

**ДЕТИ НЕ ВОСПРИНИМАЮТ СЛОВА. ОНИ ВОСПРИНИМАЮТ ДЕЙСТВИЯ.**

Например, вы можете упахиваться на работе, но приходить домой и смотреть с попкорном телевизор, рассказывая ребенку, как тяжело вы работаете, а он ленится мячик в руки взять и потренироваться, но ребенок этого не поймет, он не воспримет вас, потому что вы говорите ему об этом, лежа на диване.

Вспомните примеры из детства, как вы учились завязывать шнурки, держать ложку и т.д.

## ВСЕГДА ЕСТЬ 3 ЭТАПА:

**1. ОБУЧЕНИЕ — РОДИТЕЛЬ**  
(значимый взрослый)

**2. ВМЕСТЕ**

**3. САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ**

Логичный вопрос для вас: «С чего вдруг вы решили, что ребенок САМ возьмет мяч в руки и пойдет тренироваться?»

Вашей хотелке не суждено сбыться, пока вы не осознаете, как происходит процесс перехода в самостоятельность.

## ПОСМОТРИТЕ ВИДЕО И ОЦЕНИТЕ, ДЕЛАЛИ ЛИ ВЫ ТАК КОГДА-НИБУДЬ СО СВОИМ РЕБЕНКОМ?

