

Родительское собрание на тему: «Интересы подростка. Занятия баскетболом. Поддержать или запретить?»

Цели: Расширить представления родителей об особенностях подросткового возраста; способствовать преодолению затруднений в общении с детьми – подростками.

Участники: родители воспитанников секции баскетбол СДЮШОР г.Советский

Подготовка: Организация приглашений родителям; разработка памяток для родителей; проведение анкетирования детей, обработка результатов анкетирования;

Ход собрания:

- Здравствуйте уважаемые мамы и папы! - Тема сегодняшнего родительского собрания **«Интересы подростка. Занятия баскетболом. Поддержать или запретить?»** Эту тему я выбрал не случайно, девочки являются воспитанниками спортивной школы и в составе нашей группы занимаются девушки 13-15 лет, и не за горами окончание школы, выбор профессий, а дальше открытая дверь во взрослую жизнь.

Растут дети и вместе с их взрослением, растет не только радость от их успехов, но и проблемы. Хорошо если они в хорошей компании, занимаются спортом и общественными делами, но есть и другая сторона: попадание в дурную компанию, страдают вредными привычками, перестают понимать родных и близких людей. В свою очередь, родители, испугавшись изменений в собственном ребенке, перестают понимать, срываются на крик, нецензурные выражения, физическую расправу, которая лишь усугубляет процесс отчуждения и разлада.

А вы спрашивали себя: знаю ли я, о чем мечтает мой ребенок? Какие цели в жизни он для себя ставит? Какие интересы у моей дочери?

(Обсуждение мнений родителей)

Я думаю, что не на все вопросы вы знаете ответы. Очень часто происходит, что все ваши родительские усилия направлены только на удовлетворение материальных потребностей ребенка (чем его сегодня накормить, во что одеть), сохранение его физического здоровья. Его интересы, мечты и планы часто семье неведомы и для нее несущественны.

Пока наши дети еще рядом с нами, давайте попробуем разобраться, какие интересы сейчас у девочек, какие цели они перед собой ставят, насколько эти цели истинны и реальны, как помочь девочкам не разочароваться и не потерять интерес к жизни.

Любое важное дело начинается с постановки цели. Если правильно поставить цель, то можно быть уверенным в половине успеха. Правильно – значит, с учетом своих желаний, предпочтений, а главное – реальных возможностей. Также очень важно для себя установить этапы достижения цели, сроки для каждого этапа, определить те моменты, где вы можете рассчитывать только на себя, и те этапы, где вам потребуется помощь близких людей.

Ваши дети сделали для себя важный выбор – они занимаются баскетболом. Всего в нашей группе занимается 15 человек, они регулярно посещают тренировки, но уровень подготовки – разный. Почему? Прежде чем ответить на этот вопрос, я хотел бы вас познакомить с некоторыми моментами из нашей работы.

Баскетбол является командной игрой. Он развивает физическую силу, выносливость, реакцию. Баскетбол, скоростная, динамичная и требующая интеллекта игра и каждый на площадке выполняет свою определенную функцию. Это самая лучшая игра с мячом и

надеюсь, что ваши дети полюбили этот бескомпромиссный вид спорта и не разочаруются. Баскетбол способен сделать тело более красивым и подтянутым, так как во время игры затрачивается большое количество энергии. Баскетбол способен уравновесить человека, избавить его от стресса и негативных эмоций. Во время игры обязательно присутствует азарт и стремление к победе. Психологи специально советуют игру в баскетбол тем людям, которые переживают неприятные жизненные ситуации. Так почему же при регулярном посещении секции уровень подготовки спортсменов разный? Потому что, все по-разному относятся к тренировочному процессу, разные ставят перед собой цели. Например: кому-то достаточно занять призовое место на районных соревнованиях, а кто-то поставил цель попасть в состав сборной команды района и удачно выступить на окружных соревнованиях. Соответственно и отдача на тренировке у детей разная, можно тренироваться, хорошо выполняя все задания тренера, а можно делать все то же самое и еще в два раза больше. Так что в результате «естественного отбора» остаются наиболее способные, талантливые, понятливые и трудолюбивые.

Девочки, которые мечтают о серьезных спортивных успехах, также могут воплотить в жизнь свои мечты. Но большие физические нагрузки и упорные тренировки не проходят бесследно. Это естественные процессы, происходящие в организме спортсмена. Появление в мышцах молочной кислоты, ощущения усталости, боли в спине и т.д. Все эти вопросы успешно решаются с помощью таких восстановительных мероприятий, как массаж, физиотерапия, сауна и плавание в бассейне. А тренер будет требовать от ребенка результатов и беспрекословного подчинения. Но в этом тоже есть свои плюсы. Дети, занимающиеся спортом, очень быстро становятся самостоятельными, дисциплинированными, более настойчивыми и упорными. И здесь мне не обойтись без вашей помощи! Мы вместе должны дать понять детям, что нужно делать все, что требует от них тренер и еще больше, через «не могу», «не хочу», а «надо»! Не сразу придут победы, призовые места, не все спокойно будут реагировать, что сидишь на скамейке запасных. Согласен, ситуации бывают разные, но на то Вы и родители, чтобы научить Ваше чадо справляться с любыми трудностями и выходить из них спокойно, не впадая в крайности. Помните - мы одна команда!

Это очень мощный стимул в развитии. Психологическая устойчивость, решительность, смелость, ответственность, все эти качества развиваются при подготовке к участию и при участии в турнирах. Первое место нельзя списать, как контрольную по математике, все придется сделать самому. Но, как всегда, есть и "НО". Зачастую побеждают не самые старательные и целеустремленные, а самые одаренные. Нередко на детских турнирах можно столкнуться с необъективностью судей. Частенько встречаются тренеры не брезгающие, ради медалей, подтасовкой документов. Все это нужно понимать и вовремя, правильно поддержать ребенка во время неудач и поражений, чтобы неудача не стала причиной разочарований, а стала поводом подумать, помогла в более быстрой социальной адаптации. Нужна готовность, в случае чего, пострадать за свои принципы и интересы, смелость, а иногда и наглость (соперники бывают разные), психическая устойчивость к стрессовым ситуациям. Но именно моральная ГОТОВНОСТЬ останавливает тех, кто хочет попробовать вас на прочность. Эта готовность воспитывается не столько на площадке, сколько родителями, друзьями, книгами и фильмами. Спорт тут всего лишь один из элементов воспитания. Папа или мама, которые говорят - ты все сможешь! и которые, сами "все смогут", стоят больше десяти тренеров чемпионов мира. Морально-волевая подготовка имеет серьезнейшее значение для любого спортсмена, как для новичка, так и для мастера спорта. Можно сказать, что ЭТО самое важное, что может дать спорт. Морально-волевая подготовка это комплекс качеств позволяющий добиваться результата. К этим качествам относят: целеустремленность, силу воли, решительность, смелость, психологическую устойчивость, эмоциональную устойчивость. Умение развивать и использовать эти качества называется дисциплиной. Она должна быть

неразрывно связана с другими видами подготовки — технической, тактической и физической. А спорт это как раз эффективный способ воспитания этих качеств.

Бывает и так, что родители, зная об интересах своего ребенка, спекулируют его чувствами – за «плохую» оценку запрещают на некоторое время посещать тренировку. Это самая большая ошибка родителей – запретите играть в компьютер, смотреть телевизор, выходить в социальные сети, но ни в коем случае не запрещайте ему ходить на тренировки! Пропустив несколько тренировок, ребенок отстанет от своих сверстников в уровне подготовки и ему станет не интересно, ведь быть вторым уже не хочется! Соответственно изменится и мотив посещения тренировки.

Мотивация - это наличие или создание причины для какого-либо действия. Очень важно понять, что без ПРИЧИНЫ (мотива) никакое действие, в том числе такое серьёзное, как обучение баскетболу, НЕВОЗМОЖНО! И очень важно понимать, что же может стать такими причинами.

Одна из наиболее универсальных ПРИЧИН тренироваться с высокой отдачей - это соревнования. Но этот вид мотивации немного противоречив. Если вы соревнуетесь с кем то почти равной квалификации, то не возможно точно определить конечный результат. Скорее всего, победит тот, кто усерднее трудился, кто не сдавался и выполнял задания лучше всех. Другими словами, спортсмен, который наиболее мотивирован для победы. т.е. само мотивирован. Для достижения ваших лучших результатов, вы должны хотеть начать процесс тренировок и быть готовым продолжать усердно трудиться, пока не достигните своей цели - это и есть само мотивация и она так же важна в спорте, потому что необходимо быть готовым работать в условиях усталости, скуки, боли и желания заниматься другими вещами. Мотивация влияет на все то, что влияет на ваши спортивные результаты: физическую, техническую, тактическую, психологическую подготовку и общий образ жизни, включая сон, питание, учебу, личные отношения. Само мотивация важна, поскольку это единственное в спортивной подготовке, над которой у вас есть контроль.

Еще одним видом мотивации для девочек, являются родители, которые должны поддерживать своих детей в их занятии баскетболом:

1. Интересоваться у детей чем они занимались на тренировках, что нового научились делать, все ли получается у ребенка, если нет то почему.
2. Проводить с детьми воспитательные беседы и показывать наглядные пособия по баскетболу, вместе посмотреть соревнования по баскетболу, посещать соревнования, в которых принимает участие ваш ребенок, для него вы будете главный болельщик!
3. А самая главная родительская мотивация - это самим любить баскетбол, спорт тогда и дети заразятся от Вас этой любовью!

Подготовил: тренер-преподаватель
СДЮСШОР г.Советский ХМАО-Югра
Верхозин А.А.

АНКЕТА

Пояснение к анкете: можно отмечать несколько вариантов ответов

1. Как вы проводите свое свободное время?

- а) Гуляю с друзьями, хожу на дискотеки
- б) Смотрю телевизор, сижу за компьютером
- в) Я много времени провожу в баскетбольной секции и т.п.
- г) Учю уроки, занимаюсь дополнительно у репетитора
- д) Да я б пошла гулять, но меня не пускают, приходится сидеть дома
- е) _____

2. Нравится ли вам посещать секцию баскетбола, почему?

- а) Да _____
- б) Нет _____

3. Регулярно ли вы посещаете секцию? почему?

- а) Да, регулярно _____
- б) Нет, не регулярно _____
- в) _____

4. Как ваши родители относятся к тому, как вы проводите свободное время?

- а) Не знаю
- б) Не в восторге, но не запрещают
- в) Они против
- г) Они против, но кто их слушать будет?
- д) Хорошо относятся

5. Как ваши родители относятся к тому, что вы посещаете секцию баскетбола?

- а) Не знаю
- б) Они не против
- в) Не в восторге, но не запрещают
- г) Хорошо относятся
- д) _____

6. Чему Вы и Ваши друзья отдают предпочтение на досуге?

- а) Пиво, сигареты, дискотеки
- б) Занятия спортом
- в) Очень люблю читать
- г) Компьютер, телевизор
- д) У меня вообще нет свободного времени
- е) Другое _____

7. Как ваша семья проводит свободное время?

- а) походы
- б) пикники
- в) спортивные игры
- г) культурные мероприятия
- д) _____

8. Какие традиции существуют в вашей семье?

9. Сколько времени занимаешься с родителями каким-нибудь совместным делом?

10. Хотели бы вы принять участие в мероприятиях совместно с родителями?

11. В каких, из ниже перечисленных мероприятий Вы бы приняли участие:

- а) экскурсии
- б) поход в спортивный комплекс
- в) веселые старты

г) мама, папа, я – спортивная семья

д) соревнования по баскетболу

другое _____

12. Посещают ли ваши родители соревнования где вы принимаете участие? Почему?

Да _____

Нет _____

13. С кем бы я хотел играть в одной команде... Почему?

14. Кого бы я хотел видеть капитаном команды? Почему?

15. Сколько классов вы будете заканчивать? Почему?

9, _____

11, _____

16. Кем бы вы хотели стать в будущем? Почему? _____

17. Меня хвалят, если... _____

18. Мне дарят подарки, если... _____

19. Мне дарят деньги, если... _____

20. Мне разрешают..., если.... _____

21. Какая ваша мечта?

22. Что нужно для достижения вашей мечты?

23. Вы счастливы? Почему?

Памятка родителям

Ваш ребёнок взрослеет, вместе с его физическим взрослением наступает умственное взросление, формируется интеллектуальный потенциал и социальный интеллект. От того, насколько семья воспринимает подростка как мыслящую личность, зависит степень его социального взросления.

1. Беседуйте со своей дочерью, говорите с ней о ближайших жизненных планах и будущих целях жизни.
2. Рассказывайте о своих планах, о своих победах и неудачах в их реализации.
3. Поддерживайте здоровое честолюбие своего ребёнка.
4. Не иронизируйте по поводу несбыточных планов, стимулируйте в нём желание доказать себе и другим возможность достичь поставленной цели.
5. Формируйте нравственно здоровую личность, неспособную на подлость ради реализации жизненных планов.
6. Создайте ситуацию успеха, поддерживайте жизненные силы и веру в успех.
7. Говорите правду ребёнку, какой бы горькой она ни была, учите экономить силы для достижения цели.
8. Будьте сами примером ребёнку, самое печальное, если подросток разочаруется в ваших жизненных силах.
9. Интересуйтесь у детей, чем они занимались на тренировках, что нового научились делать, все ли получается у ребенка, если нет то почему.
10. Проводите с детьми воспитательные беседы, показывайте наглядные пособия по баскетболу, вместе посмотрите соревнования по баскетболу, посещайте соревнования, в которых принимает участие ваш ребенок, для него вы будете главный болельщик!
11. А самая главная родительская мотивация - это самим любить баскетбол, тогда и дети заразятся от Вас этой любовью!