

КАК ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ ДЕВОЧЕК И ИХ РОДИТЕЛЕЙ ФУТБОЛОМ



Прежде чем открывать в школе секцию футбола для девочек, нужно разобраться с их мотивацией и опасениями со стороны родителей. Поэтому в первом уроке поговорим о том, как заинтересовать будущих спортсменок и их родителей.

Давайте сразу договоримся: мы с вами открываем спортивную секцию, а не Школу олимпийского резерва. Возможно, кто-то из футболисток и решит связать свою жизнь с большим спортом, но это не главная цель. В наших секциях дети занимаются спортом в первую очередь ради собственного удовольствия и веселья. Главная задача — создать безопасную атмосферу, в которой девочки познакомятся с футболом, попробуют свои силы, научатся работать в команде и влюбятся в игру. Поэтому в разговоре и с детьми, и с родителями важно подчеркивать

*Когда мы готовили этот урок, то использовали методические рекомендации РФС, UEFA, статьи в блогах и СМИ о женском футболе.



Футбол — классный командный вид спорта, в который можно играть с друзьями (или заводить их в процессе!). Чтобы играть в футбол, не нужно обладать сверхспособностями или каким-то особенным характером. В футбол может играть любая девочка, которой нравится этот вид спорта.



Пусть это станет первым правилом нашей школьной секции по футболу для девочек.

Теперь перейдем к вопросам, которые можно обсудить с девочками и их родителями, когда вы будете рассказывать им про свою секцию.

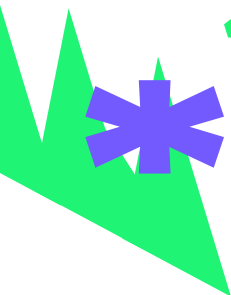




ПОЛЬЗА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Одна из основных причин, по которым дети ходят в спортивные секции, — это желание родителей вырастить ребенка здоровым, а также предложить ему или ей полезное занятие. Футбол отлично справляется с этой задачей. И вот почему:

- ◆ он развивает ловкость и выносливость,
- ◆ улучшает гибкость и координацию,
- ◆ укрепляет костную ткань,
- ◆ улучшает кровообращение,
- ◆ нормализует обменные процессы в организме,
- ◆ помогает организму девочки развиваться гармонично;
- ◆ укрепляет иммунитет.



У тех, кто регулярно занимается спортом, повышается уровень лимфоцитов, задача которых — нейтрализация вредоносных вирусов и бактерий. Физически активные дети болеют реже и справляются с вирусами гораздо быстрее

Главное: занятия спортом вообще и футболом в частности дают хороший уровень физической активности. (Для убедительности можете сослаться на мировую статистику: 84% девочек до 17 лет ведут малоподвижный образ жизни. К слову, среди мальчиков тоже много тех, кто сидит на месте, — 78%. При этом распространенность малоподвижного образа жизни среди мальчиков снижается, а вот среди девочек остается прежней).

РАЗВИТИЕ ПОЛЕЗНЫХ НАВЫКОВ

Футбол — это отличный способ социализации. Умение играть поможет девочке найти новых друзей и развить свои социальные навыки.

А еще футбол помогает девочкам стать:

- ♦ уверенными в себе и своих силах,
- ♦ эмоционально устойчивыми,
- ♦ дисциплинированными,
- ♦ креативными,
- ♦ смелыми.



Как командный вид спорта, футбол развивает лидерские качества, воспитывает доверие к партнерам по команде, учит помогать друг другу. При этом в игре важно постоянно принимать самостоятельные решения, поэтому развитие получается всесторонним!

Качества, которые приобретает девочка, пригодятся не только в спорте, но и в обычной жизни — учебе, работе и общении с другими людьми. Они помогут:

- ◆ управлять своим временем,
- ◆ расставлять приоритеты,
- ◆ быстро ориентироваться в незнакомой обстановке,
- ◆ уметь предлагать и принимать помощь,
- ◆ уверенно общаться с другими людьми,
- ◆ сохранять спокойствие в конфликтных ситуациях.



Знания о футболе можно использовать не только на игровом поле. Если девочка полюбит игру, но не будет готова стать профессиональной футболисткой, она сможет стать спортивной журналисткой, тренером, методистом, заниматься спортивным маркетингом или управлять спортивными проектами. Полученные навыки пригодятся даже в тех сферах, которые не связаны со спортом напрямую :)