**КАК ВОСПИТАТЬ СТРЕМЛЕНИЕ К ПОБЕДЕ И УМЕНИЕ ДОСТОЙНО ПРИНИМАТЬ ПРОИГРЫШ**



Спорт — это не только развитие каких-то физических качеств своего тела, но и повышение морально-волевого духа. Соревнования — то, что необходимо для дальнейшего прогресса занимающегося, так как на них он может объективно увидеть свои сильные и слабые стороны, чтобы в дальнейшем совершенствоваться и побеждать еще более сильных спортсменов. Спорт и соперничество — две неразделимые части. Однако, порой, мы можем видеть, как в пылу азарта участники соревнований не могут принять поражение и, переходя на личности, начинают «выплескивать» свой гнев на соперников. Самым ярким примером, иллюстрирующим такое поведение, являются драки хоккеистов.

Многим молодым родителям тоже знакома ситуация, когда юный спортсмен не может спокойно принять поражение, из-за чего у него пропадает любая мотивация к дальнейшим занятиям спортом. Дабы избежать таких моментов, нужно вовремя научить своего будущего победителя научить достойно принимать проигрыш, анализировать свои действия, которые привели к нему, и воспитать неугасающее стремление к победе. Но как это сделать? Сейчас во всем разберемся.

Уметь красиво проигрывать — это тоже, своего рода, этикет, которому необходимо учить ребенка, наряду с тем, что необходимо здороваться, прощаться и как правильно держать вилку с ножом, не зря же есть словосочетание «неспортивное поведение».

Как и во всем, начинать обучение ребенка искусству проигрыша необходимо с себя: покажите на собственном примере то, как надо достойно принимать поражение. Неважно, играете вы в шахматы или в футбол, поздравьте победителя, пожмите ему руку, если он одержал победу, но и не слишком кичитесь тем, что выиграли вы.

Безусловно, вы, как любой родитель, хотите видеть своего ребенка на высшей ступени пьедестала, однако, порой в погоне за этой мечтой можно забыть, что ваш спортсмен еще ребенок, а вы на него слишком сильно давите. Этот момент также может быть причиной неумения проигрывать. Не стоит постоянно говорить ребенку, что он должен быть лучшим, должен побеждать и тому подобное — все хорошо в меру.

Один из самых важных советов — будьте рядом с вашим молодым спортсменом в момент проигрыша. Но не стоит сразу утешать его, попробуйте понять, что конкретно надо вашему ребенку сейчас. Постарайтесь «прочувствовать» его настроение, потому что порой дети больше готовы к конструктивному диалогу с тем, кто не является прямым родственником.

Первые эмоции после поражения — важная часть принятия проигрыша. Бывают моменты, когда ребенок кричит или плачет, а родители в ответ на такую реакцию говорят своим детям, что плакать не надо, и что делают это только слабые и маленькие. Однако зачастую лучше избавиться от накопившихся эмоций, «выплеснув» их, нежели держать и копить их внутри себя.

Всегда показывайте ребенку, что вы его любите вне зависимости от результатов соревнования. А также научите его анализировать свои ошибки. Таким образом, проигрыш станет продуктивной частью прогресса маленького спортсмена.

Всегда будьте опорой ребенку, он должен знать, что, сколько бы он не проигрывал, вы будете его поддерживать и любить.