

Как выбрать для ребенка «правильный» вид спорт

(рекомендации)

Ребенок две недели позанимался плаванием и бросил? Походил немного в секцию восточных единоборств и заявил, что надоело? Многим родителям наверняка знакома такая ситуация. Вы, конечно, начинаете сердиться и думаете, что ребенок капризничает. Ни самом деле все может быть гораздо серьезнее. Психологи подразделяют людей на несколько психотипов но наиболее ярким, преобладающим чертам характера. Если вы знаете, к какому психотипу относится ваш ребенок, то можете порекомендовать ему спортивные занятия, подходящие под его характер.

«ОДИНОЧКИ»

Представители шизоидного типа (к шизофрении это не имеет никакого отношения) замкнуты, углублены в себе, им тяжело дается общение. Коллективные спортивные игры типа футбола таким детям не подходят. Зато в бодибилдинге или плавании они могут добиться успеха. **Гипертимных детей** (подвижных, чрезмерно самостоятельных, уверенных в своих силах, тех, что отличаются высоким жизненным тонусом и здоровым сном) тоже не надо направлять в командные виды спорта, они слишком независимы, им будет хорошо там, где каждый сам за себя.

«КОЛЛЕКТИВИСТЫ»

Детям сезативного типа (робким, застенчивым, чрезмерно впечатлительным, обидчивым и ответственным), напротив, командные виды спорта подойдут. Правда, рекордов от них ждать не надо, эти дети очень тревожны и на соревнованиях будут выступать хуже, чем на тренировках. **Конформный тип** - это ребенок, который будет всегда поступать «как все». Он дружелюбен, приветлив, покладист, но несамостоятелен. Такие дети всегда тянутся за сильными и никогда не нарушают правила игры. Коллективные спортивные игры как раз для них.

«НЕ ХОЧУ ПРОИГРЫВАТЬ!»

Представители истероидного типа все время жаждут быть в центре внимания. Они общительны, у них хорошо развита интуиция, но проигрывать они совершенно не умеют/Таким детям не стоит заниматься такими видами спорта когда превосходство одного соперника над другим часто меняется во время всего состязания. **Люди циклоидного типа** апатичны, раздражительны, склонны к депрессиям, не могут долго показывать высокую работоспособность. Соревновательные виды спорта таким детям противопоказаны. Циклоиды непостоянны, любое дело у них спорится, пока оно нравится, поэтому ребенок такого типа может часто менять спортивные увлечения. Родителям стоит также помнить, что спортивные занятия таким детям надо планировать на вторую половину дня, потому что с утра люди циклоидного типа обычно испытывают страшную вялость.

«ПОТИХОНЬКУ - ПОЛЕГОНЬКУ»

Психоастеники нерешительны, склонны к рассуждениям, подвержены навязчивым страхам. Анатомическая особенность психоастеников - длинные стильные ноги, поэтому таким детям легче будет даваться занятия легкой атлетикой и лыжами.