Советы для родителей будущих спортсменов

Все спортивные карьеры начались с правильного старта в детстве. Несколько советов от родителей чемпионов:

- 1. Ищите то, что понравится ребенку
- 2. Следите за образом жизни
- 3. Тщательно выбирайте тренера
- 4. Ставьте реалистичные цели
- 5. Не зацикливайтесь на победе
- 6. Научите переживать волнение и страх
- 7. Помогите справиться с неудачами
- 8. Всегда поддерживайте и показывайте пример



Если тебе интересно и однажды захочется:

- \Rightarrow Быть понятым,
- \Rightarrow Доверить секрет,
- ⇒ Поделиться,
- ⇒ Посоветоваться,
- ⇒ Справиться со своими страхами,
- ⇒ Найти друга,
- ⇒ Поговорить о личном,
- ⇒ Спросить.

Просто позвони!



Детский телефон доверия: 8-800-2000-112

Телефон доверия Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков по Волгоградской области: (8442) 37-36-35

Телефон доверия ГУЗ «Волгоградский областной клинический наркологический диспансер»: (8442) 74-38-15, 29-28-24

Телефон доверия Центра психического здоровья для детей и подростков: **(8442) 23-68-79**

Волгоградская общественная организация «Мария. Матери против наркотиков»: **(8442) 97-45-98**

Комитет по физической культуре и спорту: **(8442) 38-46-58, 38-46-54**

МОУ СОШ №72

ул. Коммунаров, 23

Телефон: 27-05-51

Сайт: http://shkol72-34.narod.ru Эл. почта: sk72-34@mail.ru МОУ СОШ №72,ул. Коммунаров, 23



Спорт альтернатива пагубным привычкам!

Решетняк Дарина Сергеевна, 12 лет, г. Волгоград, ул. Матросова, 25

Почему именно спорт может помочь в борьбе с вредным привычкам?

«Мы выбираем спорт как альтернативу вредным привычкам!»



1. Футбол

2. Баскетбол

3. Плавание

4. Бокс

5. Карате

6. Грекоримская борьба



8. Художественная гимнастика

9. Шахматы, шашки

10.Спортивные танцы



«Спорт— это наш стиль жизни»



«Цени свою жизнь!»







Основной целью профилактики наркомании, табакокруения, алкоголизма является воспитание развитой личности, физически и психически здоровой, способной своими силами справляться с

жизненными проблемами, без использования психоактивных веществ. Именно поэтому считается, что спорт – отличная альтернатива вредным привычкам.

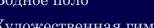
Спортивные занятия способствуют:

- повышению иммунитета;
- воспитанию силы воли;
- обретению уверенности в себе;
- увеличению продолжительности жизни;
- улучшению внешнего вида;
- укреплению физической силы.









Гоп 10

популярных видов