

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 закидывайтесь 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:

- ⇒ Быть понятым,
- ⇒ 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. Коммунар, 23

Телефон: 27-05-51

Сайт: <http://shkol72-34.narod.ru>

Эл. почта: sk72-34@mail.ru

МОУ СОШ №72, ул.
Коммунар, 23



**Спорт—
альтернатива
пагубным
привычкам!**

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

Почему именно спорт может помочь в борьбе с вредными привычками?



Основной целью профилактики наркомании, табакокурения, 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.



«Мы выбираем спорт как альтернативу вредным привычкам!»



«Спорт — это наш стиль жизни»



«Цени свою жизнь!»



Топ 10 самых популярных видов спорта среди учащихся МОУ СОШ 72

1. Футбол
2. Баскетбол
3. Плавание
4. Бокс
5. Карате
6. Греко-римская борьба
7. Водное поло
8. Художественная гимнастика
9. Шахматы, пашки
10. Спортивные танцы

