

Jak odhalit sportovní talent dětí a motivovat je ke sportu

klickevzdelani.cz | 07. 05. 2014

Každým rokem přibývá obézních dětí a odborníci již bijí na poplach. Pokud děti nezmění své stravovací návyky a nezačnou se více hýbat, hrozí jim v budoucnu velmi vážné zdravotní komplikace. Velká zodpovědnost je přitom kladena na rodiče, kteří mají již od raného dětství u svých potomků podporovat zdravé stravování, ale i lásku k pohybu. Ne každý sport ale dítě baví a najít ten ideální může být pro rodiče tvrdým oříškem. „Každé dítě má nějaký talent, jen jde o to, objevit ho,“ vysvětluje Doc. PaedDr. Tomáš Perič, Ph.D., autor knih Výběr sportovních talentů a Sportovní příprava dětí. Nicméně ani ten nejlepší talent se neobejde bez podpory a motivace nejbližších. Děti neustále potřebují dodávat na sebedůvěře a slyšet chválu na své sportovní výkony.

Výběr sportu je často dán rodiči, kteří si skrz své děti plní dávné sny, někdy i samotnými dětmi, které se ale dokážou nadchnout i pro sport, jenž pro ně není zcela vhodný. Tyto pokusy obvykle končí stejně, děti sport přestane bavit v okamžiku prvních neúspěchů. Určitým pomocníkem v tomto směru může být pro rodiče **program SportAnalytik**, který odhaluje přirozený talent dětí a zároveň pro ně doporučuje vhodné sporty. Protože dělat sport, na který má člověk talent, přináší mnohem více radosti, než aktivita, kde člověk vyvíjí maximální úsilí a přitom bez úspěchů. Jedná se o vyzkoušenou metodiku, která navazuje na kanadský program představený na olympijských hrách ve Vancouveru a jehož se jen v roce 2010 zúčastnilo více než 100 000 dětí. „Z našich zkušeností víme, že u každého dítěte se najde aktivita, na kterou je talentované. To nám umožňuje motivovat všechny. Třeba i ty, které mají problémy s obezitou a myslí si, že se pro žádný sport nehodí,“ doplňuje Martin Jahoda, zakladatel programu.

Jak probíhá testování

Testování probíhá hravou formou – během něj zkušební odborníci odhalí kondiční a osobnostní předpoklady dítěte. Postačí jim k tomu osm zábavných disciplín, jako jsou sprint na 30 metrů, hod basketbalovým míčem nebo člunkový běh apod.

Rodiče dětí, které program absolvují, dostanou report, kde se dozví, jak jsou na tom jejich potomci ve srovnání se svými vrstevníky a jaké jsou jejich silné stránky. Získají také doporučení pěti běžných a pěti alternativních sportů spolu s tipy na konkrétní oddíly v místě jejich bydliště.

Další možnosti odhalení talentu

Fyzická zdatnost a další vrozené dispozice lze odhalit i pomocí genoskopu - analýzy oblastí v DNA. Podle RNDr. Marka Minárika, Ph.D. ze společnosti Genomac se pomocí této analýzy lze vyvarovat výběru nevhodného koníčku a tedy i sportu. "Cílem při výběru koníčků by mělo být, aby dítě zažilo pocit uspokojení a činnost ho bavila. Rodič by se měl rozhodovat vždy podle zájmu dítěte a nikdy podle svých vlastních očekávání. Nikde není dáno, že rodiče vrcholoví sportovci musí mít dítě s talentem na sport. Může to být například hudba," radí

Mgr. Michaela Stehlíková, dětská psycholožka a speciální pedagog. „Při výběru nevhodného kroužku může dojít u potomka až k frustracím, a to především proto, že se z dané činnosti nikdy nebude radovat a nebude se cítit ani úspěšné. K těmto stavům mají nejčastěji sklony děti citlivé na neúspěch a pak děti s nadměrnou touhou zavděčit se rodičům,“ dodává Stehlíková.

Další informace můžete získat na adrese: <http://www.sportanalytik.cz>