Akademie FC Baník Ostrava z.s.

Desatero pro rodiče mladých sportovců

Deset zásad pro rodiče, kteří chtějí být svému dítěti ve sportu oporou.

1. **Chvalte snahu, ne jen výsledek**
   Dítě potřebuje vědět, že má vaši podporu bez ohledu na skóre. Oceňte trénink, odvahu a každé zlepšení.

2. **Po zápase nejdřív emoce, rozbor počká**
   Po prohře nechte emoce opadnout. Věcný rozhovor má smysl až s odstupem, klidně druhý den.

3. **Chyba je součást učení**
   Dítě, které se bojí udělat chybu, hraje svázaně. Dávejte najevo, že chybovat je při učení normální.

4. **Nesrovnávejte s ostatními**
   Srovnávejte dítě jen s ním samým: jaké bylo před rokem a co všechno už umí dnes.

5. **Mluvte o chování, ne o osobnosti**
   Popisujte konkrétní situaci. „Udělal jsi chybu" není totéž jako „jsi špatný".

6. **Ptejte se a naslouchejte**
   Otevřené otázky (co, jak) řeknou víc než výslech. Nebojte se ticha a nenuťte dítě mluvit hned.

7. **Respektujte trenéra**
   O sestavě a herním čase rozhoduje trenér. Nejasnosti řešte v klidu a osobně, ne hned po zápase.

8. **Respektujte rozhodčí i soupeře**
   Vaše chování u hřiště vidí především vaše dítě. Jste pro něj vzor i vizitka klubu.

9. **Fanděte pozitivně**
   Povzbuzujte celý tým a pokyny nechte na trenérovi. Křik z tribuny dítěti nepomáhá.

10. **Sport má být radost**
    Všímejte si, jestli dítě sport pořád baví. Jeho pohoda je důležitější než tabulka.

safeguarding.cz