Akademie FC Baník Ostrava z.s.

Jak fandit, aby to dítěti pomáhalo

Kartička na zápas pro rodiče. Co z tribuny pomáhá a co ne.

Vaše dítě vás při zápase vnímá víc, než si myslíte. Váš tón a výraz čte dřív než slova. Tato kartička shrnuje, co mu z tribuny opravdu pomáhá.

Tohle pomáhá

- ✓ Povzbuzujte celý tým, ne jen své dítě.
- ✓ Chvalte konkrétní snahu: „Viděla jsem, jak ses celý zápas vracel do obrany."
- ✓ Po prohře přijměte zklamání: „Vím, že to mrzí."
- ✓ Oddělujte výsledek od hodnoty dítěte. Prohra není selhání.
- ✓ Respektujte rozhodčí, soupeře i ostatní rodiče.
- ✓ Hlídejte svůj tón a výraz. Děti čtou vaše emoce dřív než slova.

Tohle nepomáhá

- ✗ Pokyny během hry. Koučuje trenér, dvojí pokyny dítě matou.
- ✗ Rozbor hned po zápase. Počkejte, až emoce opadnou.
- ✗ Srovnávání s ostatními. Dítě se pak cítí méněcenné.
- ✗ „Snaž se víc." Dítě neví, co má udělat jinak.
- ✗ Zákaz pláče („nebreč, nic se neděje"). Zklamání k prohře patří.
- ✗ Chvála jen za góly a výhru. Potěší, ale nic nenaučí.

U nejmladších dětí je výsledek vedlejší. Hlavní je radost ze hry a pocit, že to zvládají.

safeguarding.cz