**ПАМЯТКА**

**Как выбрать спортивную секцию?**

Выбор спортивной секции для ребёнка – не всегда простой вопрос для родителей. Имея множества направлений и вариантов, сложно быстро и правильно выбрать подходящее направление для сына или дочки. Как подобрать секцию для малыша, чтобы он с удовольствием её посещал, старался достигать максимальных результатов и при этом улучшил своё здоровье?

Следует понимать, что по законодательству обучение детей до 6 лет происходит только через игровые приёмы, за исключением гимнастических дисциплин. До 6 лет обучение направлено на общее физическое развитие и только к 7 годам детей будут начинать учить правилам и технике избранного вида спорта.

**Что нужно учитывать при выборе спортивной секции для ребёнка.**

Идеально, если вы будете проводить подбор по нескольким критериям:

1. **Желание ребёнка**

Может у вашего ребёнка уже есть своя мечта освоить определённый вид спорта.

1. **Возраст ребёнка**

Какой возрастной категории принимаются дети на секции.

1. **Состояние здоровья**

У каждого вида спорта существуют противопоказания по здоровью. Лучше на этапе выбора отбросить все неподходящие по состоянию здоровья варианты.

1. **Темперамент**

Холерики, сангвиники, флегматики и меланхолики – дети разные, их темперамент во многом обуславливает успешность посещения секции.

1. Телосложение ребёнка

Вряд ли секция сумо подойдёт худенькому, долговязому мальчику, а коренастого крепыша могут не взять на спортивную гимнастику.

1. **Тренер и оборудование**

Посетите оставшиеся варианты, познакомьтесь с тренером, его принципами обучения, опытом. Посмотрите, где проходят занятия, какая у секции материальная база, спортивный инвентарь

1. **Финансовый вопрос**

Некоторые виды спорта требуют существенного финансирования со стороны родителей. До начала посещения обязательно оцените свои возможности, рассчитав примерные затраты на спортивную секцию в год.

Оценив список секций, находящихся в шаговой доступности, по этим критериям, вы найдёте идеальный вариант для вашего ребёнка.

Занимаясь в спортивной секции, дети формируют иммунитет, улучшают работу внутренних органов и систем, постигают своё тело и совершенствуют его возможности. Выбрав спортивную секцию для ребёнка, подходящую по всем параметрам, вы позволяете своему ребёнку расти сильным, выносливым, уверенным в себе, а самое главное быть здоровым.

|  |
| --- |
| **Секция**  «**Хоккей»**Приём детей с 5 -11 лет Адрес: улица Аргентовского, 44 «А» Дом детского творчества «Радуга» |
| **Секция «Тхеквондо»**Приём детей с 7 -9 лет Адрес: пос.Заозёрный, 3- мкр-н 8 «Г» СК»Факел»Телефон: 8 -912-976- 79-94Адрес: улица Анфиногенова, 102 СК «Сокол»Телефон: 8- 912- 835- 40-99Адрес: улица «Чернореченская , 91 - 2 этаж ДЮСШ №5 |
| **Секция «Каратэ»**Приём детей с 4-14 летАдрес: улица Гоголя, 107 «А» к.1 СК «Медведь»Телефон: 8-963-002-80-95 |
| **Секция Цирковой акробатики**Приём детей с 7-14 летАдрес: пос.Рябково, улица Школьная, 11 Телефон: 43-06-08 |
| **Секция «ЛФК»**Приём детей с 6 -16 лет Адрес: пос.Заозёрный, 3- мкр-н 1 «А» спортивный клуб «Здоровый ребёнок»  |
| **Секция «фигурного катания»**Приём детей с 4 -16 лет Адрес: улица Аргентовского, 44 «А» Дом детского творчества «Радуга» |
| **Студия спортивного танца «Сфера»**Приём детей с 4 -10 лет Телефон: 8-909-178- 50- 17 |
| **Секция «Дзюдо»**Адрес: улица Гоголя 107/2 СК «Зауралец», Клуб «Дзюдо», СК»Медведь»Приём детей с 4 -10 лет Телефон:8-(3225) 23-16-06, 8-(932)-475-79-02 |
| **Секция «Спортивного ориентирования»**Адрес: переулок - Шатровский дом – 89 ДЮСШ №5 |
| **Секция «Борьба»**Приём детей с 7 -16 лет Адрес: улица Анфиногенова дом 104 СК»Богатырь»Телефон: 8-912-832-10-36 |
| **Фитнес – клуб «Планета – Спорт»**Адрес: пос.Заозёрный, 5 мкр-н дом 31 Телефон: 8(3522) – 66- 50- 03 |
| Адрес: пос.Заозёрный, 3 мкр-н дом 33 СК»Велес»Телефон: 8-(982)-395-10-21 сайт – veles – kurgan.ru |

Литература:

1. Васильева Н.В. Москва «Айрис- пресс» 2003

Как вырастиь ребёнка здоровым и ловким.

1. Интернет-ресурсы kukyriku. ru > raz …

Как выбрать спортивную секцию для ребёнка.