«УТВЕРЖДАЮ»
Исполнительный директор
Общероссийской общественной
организации «ВФЛА»

_____Б.М. Ярышевский
«_02_» _апреля_ 2026 г.

СПОРТ И РОДИТЕЛИ:
ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО СОЗДАНИЮ НАДЕЖНОЙ ПОДДЕРЖКИ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ РЕГИОНАЛЬНЫХ ФЕДЕРАЦИЙ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ
И СПОРТИВНЫХ ШКОЛ

Введение:

Для успешного развития ребенка в легкой атлетике крайне важно выстроить конструктивное взаимодействие с его родителями (законными представителями), превратив их в надежных союзников. Данные методические рекомендации разработаны Общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация легкой атлетики» и призваны помочь региональным федерациям легкой атлетики и спортивным школам систематизировать и повысить эффективность работы с родителями (законными представителями), формируя у них позитивное отношение к спортивному процессу и значимость успехов детей в легкой атлетике.

Наша цель – трансформировать родителей (законных представителей) из пассивных наблюдателей или излишне эмоциональных болельщиков в осознанных партнеров. Партнеров, которые разделяют ценности спорта и активно поддерживают своего ребенка на пути к достижениям.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

I. ИНФОРМИРОВАНИЕ И ПРОСВЕЩЕНИЕ

Регулярно предоставляйте родителям (законным представителям) актуальную информацию о виде спорта «легкая атлетика», соревнованиях, а также целях и задачах спортивной подготовки. Важно разъяснять специфику легкой атлетики, ее требования и преимущества.

Информационные материалы.

Брошюры и памятки: о правилах легкой атлетики и антидопинга, основах здорового питания, важности режима дня, профилактике травм.

Раздел на сайте федерации/спортивной школы: регулярно обновляйте новости, статьи и полезную информацию для родителей (законных представителей).

Рассылки и чаты: используйте для оперативного информирования о важных событиях, изменениях в расписании.

Регулярные собрания и встречи.

В начале сезона: обсуждайте цели и задачи на год, правила, календарь соревнований, особенности тренировочного процесса.

По итогам крупных стартов: анализируйте результаты, обсуждайте достижения и перспективы.

Тематические встречи: приглашайте психологов, диетологов, врачей для обсуждения актуальных вопросов (питание спортсмена, профилактика травм, психологическая подготовка).

Открытые двери для родителей (законных представителей): предоставьте возможность посетить тренировку, увидеть работу тренера изнутри.

Знакомство с тренерским составом: Представляйте тренеров, их опыт и подходы к тренировкам. Важно, чтобы родители (законные представители) понимали квалификацию и профессионализм наставников.

II. ВОВЛЕЧЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ЖИЗНЬ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ

Создавайте атмосферу открытости и доверия, где родители (законные представители) чувствуют себя частью спортивного коллектива.

Волонтерская помощь: привлекайте родителей (законных представителей) к организации соревнований, помощи в проведении мероприятий, уходе за спортивными объектами.

Поддержка на соревнованиях: организуйте выезды на соревнования, создавайте атмосферу поддержки.

Участие в спортивных праздниках и мероприятиях: проводите совместные семейные старты, конкурсы, мастер-классы.

Создание родительских комитетов: для более организованного взаимодействия и решения общих вопросов.

III. ЧЕТКОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ РОЛЕЙ И КОНСТРУКТИВНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Разграничение ответственности: региональная федерация отвечает за организацию и проведение соревнований, спортивная школа отвечает за комплексный подход к подготовке спортсмена, тренер отвечает за уровень подготовки спортсмена, спортсмен – за выполнение задач, а родители (законные представители) – за создание благоприятной поддерживающей среды.

Позитивная обратная связь: акцентируйте внимание на достижениях ребенка, его прогрессе и усилиях, а не только на результатах. Поощряйте самостоятельность и ответственность юного спортсмена.

Управление ожиданиями: совместно формируйте реалистичные цели и ожидания от спортивной карьеры ребенка, учитывая его индивидуальные способности и возможности.

Конструктивное решение проблем: открыто обсуждайте возникающие трудности и ищите совместные решения, направленные на благополучие и развитие спортсмена.

IV. ФОРМИРОВАНИЕ ПОЗИТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) К УСПЕХАМ И НЕУДАЧАМ

Акцент на процессе, а не только на результате. Объясняйте родителям (законным представителям), что важен не только пьедестал, но и упорный труд, самосовершенствование, преодоление себя.

Правильное восприятие поражений: обучайте родителей (законных представителей), как поддержать ребенка после неудачного старта, не критикуя, а помогая проанализировать ошибки и сделать выводы.

Празднование маленьких побед: мотивируйте родителей (законных представителей) отмечать любые достижения ребенка, будь то улучшение личного рекорда, успешное выполнение сложного элемента или просто проявленная настойчивость.

Избегание сравнений: подчеркивайте уникальность пути каждого спортсмена и важность сосредоточения на собственном прогрессе, а не на достижениях других.

V. КЛЮЧЕВЫЕ ПРИНЦИПЫ УСПЕШНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Открытость и прозрачность: всегда будьте готовы ответить на вопросы родителей (законных представителей) и предоставить необходимую информацию.

Уважение: цените вклад родителей (законных представителей) в развитие ребенка и их стремление помочь.

Единство целей: работайте вместе, чтобы обеспечить наилучшие условия для спортивного и личностного роста юного спортсмена.

Гибкость: адаптируйте подходы к взаимодействию с учетом индивидуальных особенностей каждой семьи.

VI. ПОСТОЯННОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ И ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Регулярный сбор обратной связи от родителей: проводите анонимные опросы или индивидуальные беседы, чтобы понять, насколько эффективны применяемые методы работы, какие есть пожелания и предложения.

Обучение тренеров навыкам коммуникации с родителями: организуйте тренинги и семинары для тренерского состава по эффективному взаимодействию с родителями (законными представителями), разрешению конфликтных ситуаций и построению партнерских отношений.

Анализ и адаптация: регулярно анализируйте результаты взаимодействия с родителями (законными представителями) и корректируйте стратегии работы в соответствии с полученным опытом и меняющимися потребностями.

Продвижение лучших практик: делитесь успешным опытом взаимодействия с родителями внутри спортивной школы и с другими организациями, способствуя распространению эффективных методик.

Заключение:

Комплексный и системный подход к работе с родителями (законными представителями), основанный на принципах открытости, доверия, взаимного уважения и единства целей, является краеугольным камнем в формировании успешного спортивного пути юного легкоатлета. Трансформируя родителей в активных и осознанных партнеров, спортивная школа не только повышает эффективность тренировочного процесса, но и способствует гармоничному развитию личности ребенка, прививая ему любовь к спорту и здоровому образу жизни на всю жизнь. Это инвестиция не только в спортивные достижения, но и в будущее поколение, способное преодолевать трудности, ставить цели и достигать их.