

## СТОИТ ЛИ ДЕВОЧКЕ ЗАНИМАТЬСЯ ФУТБОЛОМ

Футбол давно перестал быть мужской привилегией. Пусть женщины и мужчины и не участвуют в одних состязаниях на равных, женские первенства по футболу проходят не реже и представлены не хуже. Тем не менее, родители до сих пор часто сомневаются, стоит ли отдавать девочку на футбол, даже если она очень этого хочет. Для начала развеем некоторые сложившиеся мифы.

### **Миф 1: футбол портит фигуру**

Есть виды спорта, в которых отдельные группы мышц развиваются лучше и рельефнее. Футбол к ним не относится, потому что в его основе — бег. К тому же, в видах спорта, связанных с выносливостью, мускулатура развивается не так, как в силовых видах спорта. Что же касается риска заполучить «кривые ноги», то это утверждение не получило опытного подтверждения.

### **Миф 2: футбол меняет поведение в сторону «мужского»**

Это заблуждение из того же разряда, что и «девочки играют в куклы, а не в машинки». Нет никакой корреляции между футболом и приобретением поведения противоположного пола. Для малышей это вовсе не актуально, а девочки-подростки, так называемые «пацанки», приходят в футбол уже со своими предпочтениями, так что связь здесь скорее обратная. Кроме того, многое зависит от того, какую атмосферу создаёт тренер.

### **Миф 3: футбол развивает агрессивность**

Несмотря на то, что в футболе нередки стычки, агрессии в нём не больше, чем в любом другом виде спорта или занятии (например, балете). На самом деле футбол развивает лидерские качества и командную работу, а слишком агрессивное поведение приводит к удалению с поля.

### **Миф 4: девочки-футболистки активнее ругаются**

Возможностей узнать «неприличные слова» у ребёнка множество, и футбол — далеко не первый в этом списке. Напротив, под руководством опытного тренера дети учатся направлять свою энергию в мирное русло, решать конфликты, договариваться и согласовывать действия, не прибегая к агрессивным формам взаимодействия.

Достоинства занятия футболом для девочек ровно такие, как и для мальчиков: укрепляется здоровье и иммунитет, развивается уверенность в себе, целеустремлённость, а главное — реализуется потенциал, заложенный в ребёнке.