

## **В каком возрасте отдавать ребенка на футбол.**

Тренеры, которые готовят юных спортсменов с прицелом на будущую профессиональную карьеру, говорят, что начинать регулярные тренировки нужно в 6—7 лет. К этому возрасту ребенок уже достаточно большой, чтобы слушать указания тренера и следовать им, а еще физически подготовлен, чтобы можно было ставить технику игры.

Хотя трёхлетний кроха не справится с серьёзной спортивной задачей, но любовь к футболу и желание играть закладывается уже тогда, когда маленькая ножка пинает мяч в сторону ворот. Поэтому многие детские школы с удовольствием принимают детей, начиная с трёх лет.

С нижней границей — понятно, а что с верхней? Поздно ли заниматься футболом подростку? Как и в любом спорте, чем раньше начинаются занятия, тем больше шансов достичь успеха, в том числе профессионального. Тем не менее, примеров «позднего старта» тоже довольно много: двухкратный чемпион первенства Колумбии Карлос Бака до двадцати одного года пинал мяч по площадкам любительских клубов родного города Барранкилья, и только потом начал профессиональную карьеру на европейских аренах.

Как видим, всё зависит от целей. Если это — будущая спортивная карьера, то лучше начинать раньше. Если ребенок будет играть в футбол для удовольствия и поддержания активности, то нет никаких ограничений.