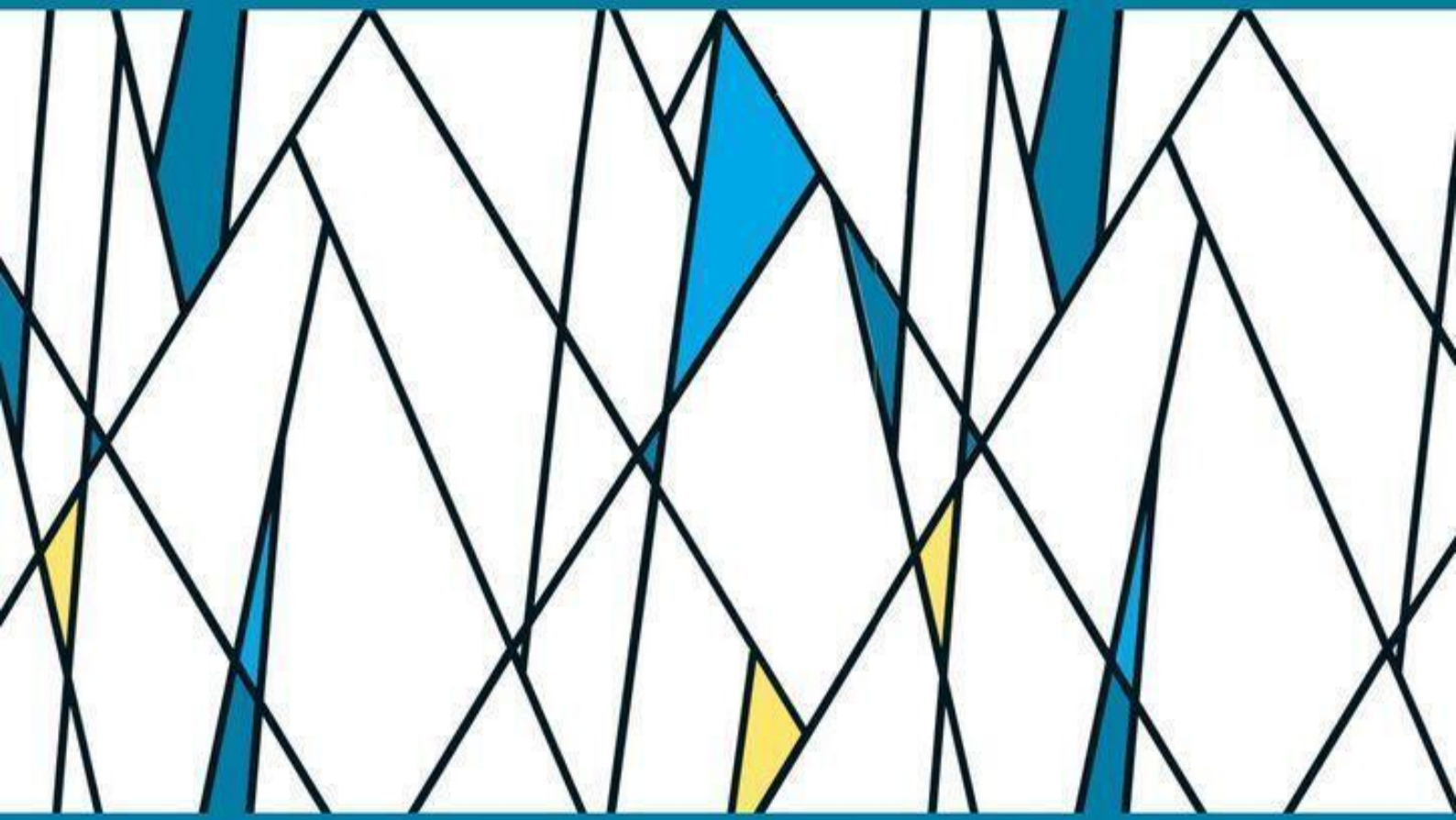
12+

Юлия Хасанова



ДИСЦИПЛИНА БЕЗ КРИКА

Готовые речевые модули для детского тренера

Юлия Хасанова

Дисциплина без крика. Готовые речевые модули для детского тренера

«Издательские решения»

Хасанова Ю.

Дисциплина без крика. Готовые речевые модули для детского тренера / Ю. Хасанова — «Издательские решения»,

Как заставить детскую группу слушать вас без крика? Перед вами сборник готовых речевых скриптов и психологических приемов для детских тренеров. Только пошаговые фразы-шаблоны для работы на паркете. Научитесь мгновенно успокаивать малышей, перехватывать авторитет у саботажников и выстраивать железную дисциплину без сорванного голоса!

© Хасанова Ю.
© Издательские решения

Содержание

Введение. Почему методы «крика и свистка» больше не работают 6
Глава 1. Перевод с детского: 3 речевые ошибки, которые запускают хаос 7
Конец ознакомительного фрагмента. 8

Дисциплина без крика
Готовые речевые модули
для детского тренера

Юлия Хасанова

© Юлия Хасанова, 2026

ISBN 978-5-0071-6105-3
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение. Почему методы «крика и свистка» больше не работают

Каждый детский тренер мечтает об одном и том же: зайти в зал, поднять руку и увидеть, как 20 активных детей мгновенно затихают и выстраиваются в идеальную шеренгу.

В реальности же тренировка часто напоминает… драматический фильм. Тренер тратит половину своих сил не на показ элементов ОФП или тактику игры, а на попытки перекричать шум, разнять дерущихся и успокоить плачущих новичков. В ход идут крик, бесконечные свистки, хлопки и физические наказания в виде отжиманий или бега по кругу.

Почему старый директивный подход «упал-отжался» сегодня терпит крах?

Изменение детской ментальности. Современные дети (поколение Альфа) *не воспринимают слепое подчинение*. Если советский ребенок замирал от грозного окрика, то современный ребенок от крика либо уходит в глухую психологическую защиту (перестает слышать), либо выдает протест.

Срыв голоса и выгорание. Крик — это самый энергозатратный способ управления. Срывая голос, тренер демонстрирует группе *свою беспомощность*. Дети на подсознательном уровне чувствуют: раз тренер орет, значит, он потерял контроль над ситуацией.

Юридические и репутационные риски. В 2026 году любой жесткий окрик или наказание на тренировке может быть записан родителями на видео. Это мгновенно бьет по личному бренду тренера и создает проблемы с руководством клуба.

Дисциплина — это не страх перед наказанием. Дисциплина — это управление вниманием с помощью точных психолингвистических триггеров. Дети в итоге получают огромное удовольствие от того, что нужно соблюдать правила!

Эта книга создана как чисто текстовый речевой конструктор. В ней нет «воды» и затяжной теории. Здесь собраны готовые фразы и скрипты, которые сберегут ваши нервы, защитят ваш голос и сделают вас непререкаемым авторитетом на паркете.

Глава 1. Перевод с детского: 3 речевые ошибки, которые запускают хаос

Прежде чем вводить новые скрипты, нужно убрать из своего лексикона три главные речевые ошибки, которые бессознательно совершают 90% начинающих тренеров.

Ошибка №1. Частица «НЕ» — спонсор детского саботажа

Мозг ребенка устроен так: он сначала визуализирует действие, а только потом пытается его заблокировать. Когда вы кричите: *«Не бегайте! Не трогайте конусы! Не толкайте Никиту!»*, мозг ребенка сначала рисует яркую картину того, как он бегает, хватает конус и толкает Никиту. Запрет просто не успевает сработать.

Как говорить НЕЛЬЗЯ: *«Не кричите! Не балуйтесь в строю!»*

Как говорить ПРАВИЛЬНО: Говорите строго то, что ребенок **должен сделать**, вместо того, чего делать нельзя. *Вместо: «Не бегайте!» — «Стоим на месте, руки на пояс!». Вместо «Не разговаривай!» — «Закрыли рот на замок, ключ в карман. Слушаем задачу». Вместо «Не трогай мяч!» — «Положи мяч на пол между стоп».*

Ошибка №2. Абстрактные приказы

Команда *«Будьте внимательны!»* или *«Ведем себя хорошо!»* для ребенка — пустой звук. У детей нет взрослого абстрактного мышления. Им нужна точная, измеримая физическая инструкция, ориентир, стимул, которые можно выполнить здесь и сейчас.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.