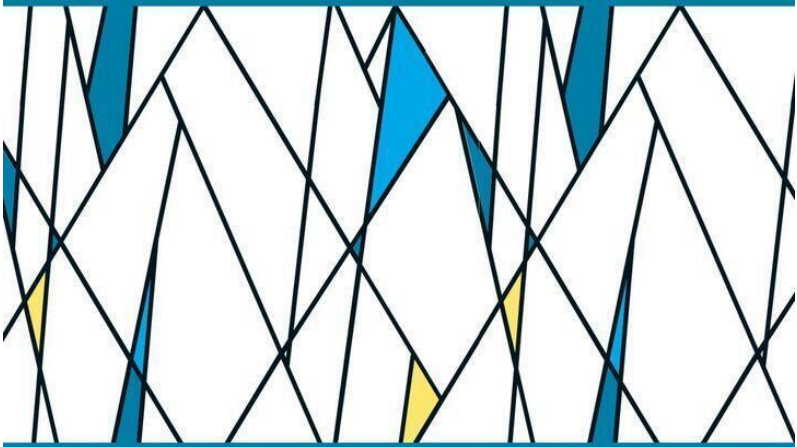
12+

Юлия Хасанова



ДИСЦИПЛИНА БЕЗ КРИКА

Готовые речевые модули для детского тренера

Юлия Хасанова

Дисциплина без крика. Готовые речевые модули для детского тренера

https://litres.ru/74834337
ISBN 9785007161053

Аннотация

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!

Содержание

Введение. Почему методы «крика и свистка» больше не работают 5
Глава 1. Перевод с детского: 3 речевые ошибки, которые запускают хаос 7
Конец ознакомительного фрагмента. 9

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.