

The Sullivan County Child Care Council, Inc.'s Parent's Page: Sports and Preschoolers

Dear Parents,

Hello and welcome to summer! Finally, it is beginning to warm up outside so that children can get some fresh air and play! Play, however, is a very different thing today than it was in earlier generations. Today, we live in a world of computerized games, cell phones and working families where getting the time for outside play needs to be fit into a very busy and active schedule. Organized sports can be a solution to this situation, but for preschool children, there are a few things to consider.

Win, Lose or Draw?

As the grandparent of a preschool child, I must confess that, last weekend, my granddaughter was the child literally sitting on second base watching butterflies and drawing in the dirt as the ball went sailing by her head in her first "T-ball" game. She was also the child running the bases backward when she hit the ball off the "T." I was horrified as my son relayed the events of her first game to me, until the pictures started coming and my granddaughter got on the phone and told me all about the wonderful time she had at *the game* with *her* team!

T Ball is one of the many "sports" that are available for young preschool children to develop large muscle skills and social skills. The concepts that children learn from these activities, taking turns, catching, throwing, running and jumping are all necessary skills for them to have. They are also developing pre-reading skills that will help them as they enter school. One of the things that can be difficult for parents...and grandmothers to understand is that the emphasis in these preschool sports is on building these fundamental skills, rather than "winning" or "losing." The important things, making friends, being a part of a group, building

and strengthening muscles and coordination are what happen in these sports.

When you pick a sport...

According to Catherine Holecko from about.com's Family Fitness, there are several things parent should think about before allowing their child to participate in a sport:

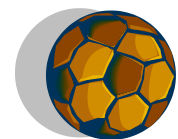
Your Child's Attention Span

- Preschoolers have very short attention spans. Picking a sport that does not focus on competition is best.
- Is it going to work with your family's schedule? Are you going to be able to last through the whole season keeping up with the practice/game schedule?
- How much does it cost? Along with registering your child for a sport, uniforms are often required as well as shoes and equipment.
- Is the staff trained? Do they have background checks? Do they have CPR and First Aid?

Make sure you think and ask about all of these before committing to a sport for your child! They are important and can help to start your child toward a healthy and happy lifestyle!

Enjoy the summer and Have Fun!!! 😊

Cathy Patton, Parent Counselor



The Sullivan County Child Care Council, Inc.'s Parent's Page: Sports and Preschoolers

Queridos Padres:

Hola y bienvenidos al verano! Por último, se está empezando a calentarse afuera de lo que los niños pueden disfrutar del aire libre y jugar! El juego, sin embargo, es una cosa muy diferente de lo que era en las generaciones anteriores. Hoy en día, vivimos en un mundo de juegos computarizados, teléfonos celulares y las familias trabajadoras en las que llegar el momento de que necesita jugar al aire libre para estar en forma en un horario muy ocupado y activo. Los deportes organizados pueden ser una solución a esta situación, pero para los niños en edad preescolar, hay algunas cosas a considerar.

Gane, pierda o empate?

Como el abuelo de un niño en edad preescolar, yo debo confesar que, el pasado fin de semana, mi nieta era el niño, literalmente, sentado en segunda base, viendo mariposas y dibujar en la tierra como su remate salió a navegar por la cabeza en la primera "T Ball" juego. También fue la nina corría las bases hacia atrás cuando ella golpeó la pelota fuera de la "T". Estaba horrorizada como mi hijo relató los acontecimientos de su primer juego para mí, hasta que las imágenes comenzaron a llegar y mi nieta se puso al teléfono y me dijo todo sobre el maravilloso tiempo que tenía en el juego con su equipo!

T Ball es uno de los "deportes" que están disponibles para los niños en edad preescolar jóvenes a desarrollar habilidades de músculos grandes y las habilidades sociales. Los conceptos que los niños aprenden de estas actividades, por turnos, atrapar, lanzar, correr y saltar son todas las habilidades necesarias para que tengan. Están también las habilidades que les ayudarán a medida que entran en la escuela pre-lectura. Una de las cosas que pueden ser difícil para los padres y abuelas que entender es que el énfasis en estos deportes en edad

preescolar es en la construcción de estas competencias fundamentales, en lugar de "ganar" o "perder". Las cosas importantes, hacer amigos, ser parte de un grupo, la construcción y fortalecimiento de los músculos y la coordinación son lo que suceda en estos deportes.

Cuando usted elige un deporte ...

Según Catherine Holecko de about.com 's Family Fitness, hay varias cosas que los padres deben pensar antes de permitir que su hijo participe en un deporte.

- La capacidad de concentración de su hijo
Los preescolares tienen períodos de atención muy cortos. Escoger un deporte que no se centra en la competencia es el mejor.
- ¿Va a trabajar con el horario de su familia? ¿Vas a ser capaz de durar toda la temporada para mantenerse al día con el calendario de la práctica / juego?
- ¿Cuánto cuesta? Además de inscribir a su hijo en un deporte, los uniformes se requieren a menudo y los zapatos y equipo también.
- ¿Está capacitado el personal? ¿Tienen antecedentes? ¿Tienen CPR y Primeros Auxilios?

Asegúrese de que usted piensa y pregunta por todos ellos antes de comprometerse a un deporte para su hijo! Ellos son importantes y pueden ayudar a iniciar a su hijo en una vida sana y feliz!

Disfruta del verano!

**Cathy Patton,
Parent Counselor**

