

Hello Parents. The summer is upon us. Children are outside more and getting some fresh air. Though your children's world is filled with computer games and video games, many children choose to play in an organized sport as well. This can be a fun and exciting time for your child, and a way to get the child to put away those video games!

Why Your Child Should Join

Life Skills:

Signing up your child for organized sports will not only teach your child the sport itself. Your child will also learn many important life-skills along the way. Your child will learn honesty, how to play fair, to listen to instructions and to follow rules. Playing a sport also increases your child's hand-eye coordination and encourages your child to be physically active.

It's not about winning:

Playing a sport is supposed to be a fun, learning experience for your child. It is not about which team wins the game, but that the children had fun. There is often a lot of pressure put on the child to hit the ball or make a goal. However, this pressure can add stress to your child. Ensuring your child that whether his teams wins or loses is not what is important. Having fun and being a good teammate is what is important.

Camaraderie:

Sports encourage building team spirit. They teach children how to take turns, make friends, and be a part of a group. Children will also learn to interact respectfully with teammates, coaches, and other adults; which increases their social skills.

Things to Consider

Safety:

Helping to keep your child safe while playing a sport will help to ensure your child is having fun. First, check to see if the coaches are certified in First Aid and CPR. Second, make sure your children have the proper safety equipment needed for the sport they are playing. For example, if your child is playing baseball, a helmet is needed when the child is at bat. If your child does not have the proper equipment, ask the coach if there are some that are supplied for the team. Also, it is important that the children properly warm up and stretch before playing. Lastly, ensure your child has plenty of water to drink. It is important to keep your child hydrated.

Cost:

Organized sports are not free. There is often a registration fee, equipment, and shoes that need to be purchased. Uniforms are also often required and may be an additional cost. To help minimize the cost, ask the organizer if there is a fundraiser you could take part in to help decrease or alleviate some of these costs.

Have a great summer!

Allison Wall-Carty, Parent Counselor

Hola padres. El verano ya está aquí. Los niños están fuera más y conseguir un poco de aire fresco. Aunque el mundo de sus hijos está lleno de juegos de ordenador y videojuegos, muchos niños eligen jugar en un deporte organizado también. Esto puede ser una divertida y excitante para su hijo, y una manera de conseguir que el niño para quitar de esos juegos de video!

¿Por qué debería unirse a su hijo

Habilidades para la vida:

Suscribirse a su hijo para los deportes organizados no sólo le enseñará a su hijo el deporte en sí. Su niño también aprenderá muchas importantes habilidades para la vida en el camino. Su hijo aprenderá la honestidad, la forma de jugar limpio, para escuchar las instrucciones y seguir las reglas. Practicar un deporte también aumenta la coordinación mano-ojo de su hijo y anima a su hijo a ser físicamente activos.

No se trata de ganar:

Practicar un deporte se supone que es una experiencia divertida para su niño que está aprendiendo. No se trata de qué equipo gana el juego, pero que los niños se divirtieron. A menudo hay una gran cantidad de presión ejercida sobre el niño para golpear la pelota o hacer un gol. Sin embargo, esta presión puede añadir estrés a su hijo. Asegurar a su hijo que si sus equipos gana o pierde, no es lo importante. Divertirse y ser un buen compañero de equipo es lo importante.

Camaradería:

Deportes fomentar el espíritu de equipo de construcción. Ellos enseñan a los niños a tomar turnos, hacer amigos, y ser parte de un grupo. Los niños también aprenderán a interactuar respetuosamente con los compañeros de equipo, entrenadores y otros adultos; lo que aumenta sus habilidades sociales.

Cosas para considerar

La seguridad:

Ayudando a mantener seguro a su hijo durante la reproducción de un deporte ayudará a asegurar que su hijo está teniendo diversión. En primer lugar, comprobar para ver si los entrenadores están certificados en primeros auxilios y RCP. En segundo lugar, asegúrese de que sus hijos tienen el equipo de seguridad adecuado que se necesita para el deporte que se practique. Por ejemplo, si su hijo está jugando béisbol, se necesita un casco cuando el niño está en el palo. Si su hijo no tiene el equipo adecuado, pida al entrenador si hay algunos que se suministra para el equipo. Además, es importante que los niños calentar adecuadamente y estirar antes de jugar. Por último, asegúrese de que su hijo tiene un montón de agua para beber. Es importante mantener hidratada su hijo.

Costo:

Los deportes organizados no son libres. A menudo hay una cuota de inscripción, el equipo y los zapatos que hay que comprar. Los uniformes son también a menudo se requieren y pueden ser un suplemento. Para ayudar a minimizar el costo, pregunte al organizador si hay una recaudación de fondos que podría participar en para ayudar a disminuir o aliviar algunos de estos costos.

¡Que tengas un excelente verano!

Allison Wall-Carty, Parent Counselor