



Sportszülők Akadémiája április 18-án

Description

A Sportszülők Akadémiája negyedik eseménye április 18-án 18-20 óráig kerül megrendezésre a Magyar Sport Házában és online a MET YouTube csatornáján.

Miről is lesz szó?

A sportoló gyerek időbeosztása, életmódja lényegesen eltér a nem sportoló kortársaiétól. Különösen, ha már komolyan készül a sportkarrierjére, komolyan edz és versenyez, sok mindenben másképp kell terveznie a napi elfoglaltságát, életritmusát. A szülők segítségével ez nem megy. Hogyan tud elmenni? Mit egyen, vagy mit ne egyen? Mi a helyzet a folyadékpótlással? Mikor feküdjön le? És mikor tanuljon???

Ezeknek a kérdéseknek a megoldásához ad tanácsokat Rédlí Dóra sportdietetikus.

Hogy lehet erősíteni, táplálni az egészséges versenyszellemet, hogy lehet a gyermekeknél feldolgozni a sikert és a kudarcot? Miben tudnak segíteni a szülők? Mennyiben befolyásolja a siker vagy a kudarc gyermek önértékelését?

Ebben a témában ad segítséget a sportszülőknek Dr. Fülöp Márta pszichológus, a Magyar Tudományos Akadémia a doktora.

Az interaktív előadásokat kerekasztal beszélgetés követi az előadókkal és a rendezvény vendégeivel: Fülöp Bea tanár, újságíró, sportszülő, rádiós műsorvezetővel és Dr. Verrasztó Zoltán olimpiai ezüst- és bronzérmes, világ- és Európa-bajnok úszóval, szakedzővel.

Regisztrálni csak a személyes részvételhez szükséges a fenti linken (kredit pont csak ezen

részvételi módon kerül jóváírásra)

A MET YouTube csatornáján a rendezvény csatlakozási linkje regisztráció nélkül, szabadon elérhető lesz.

Hajrá, magyar ökölvívás!