

An international project aiming to support parents to support children involved in sport.



Vækst og udvikling

Hvad er udvikling og hvorfor er det vigtigt at forstå i sport?

Udvikling er en proces der finder sted gennem hele livet. Det er en forandringsproces som finder sted som et resultat af både modning og erfaring. Dette er vigtigt at forstå i relation til sport fordi børn vil udvikle sig med forskellig hastighed, hvilket vil påvirke deres sportslige formåen, såvel som deres evne til at forstå trænerinstruktioner og interagere med holdkammerater og andre.

Hvordan vil mit barn fysisk udvikle sig?

Fysisk udvikling foregår på en dynamisk og ikke-lineær måde, hvori børn og unge til tider vil vokse hurtigt, langsomt eller slet ikke bemærke nogen ændring. Forskellige i fysisk udvikling som skyldes modning kan ofte forklare hvorfor nogle børn forekommer mere (eller mindre) dominerende indenfor et givent sportsmiljø.

Hvordan vil mit barn udvikle sig kognitivt?

Kognitiv udvikling henviser til forandringer i læring, tænkning og hukommelse. Det er udviklingen af mentale aktiviteter såsom tillæring af viden og problemløsning og disse ændrer sig betydeligt gennem barndommen og ungdommen.

Hvordan vil mit barn udvikle sig psykosocialt?

Psykosocial udvikling henviser til børns udvikling af evner til at interagere i en social verden. Den finder sted gennem flere stadier af vores liv, og for børn består den hovedsageligt i at deres primære relationer skifter fra forældre/plejer og familiemedlemmer til naboer, jævnaldrende og venner.

Hvordan kan jeg støtte mit barns udvikling i og gennem sport?

Forstå at dit barn ikke er en mini-voksen, men snarere et individ som kognitivt, fysisk og socialt udvikler sig. Børn kan ikke gøre alt som voksne kan, så det er afgørende at der sikres udviklingsmæssigt passende sportsmuligheder.