

החמישייה הפותחת

אמא יקרה לי, יקרה

חמישה טיפים על איך לבודד רעשים של אמא, אבא, סבתא וקהל

1. הקהל הוא חלק מהמשחק והוא משפיע עליך. אי אפשר באמת להתעלם ממנו לחלוטין.
2. כשאמא צועקת לך לזרוק לסל, או כשאבא קורא לך למסור, נסה לבודד את הרעש הזה ולהתכנס בתוך עצמך.
3. תמצא את ההזדמנות לבקש מאלה האוהבים אותך, לעודד אותך ואת חבריך בעידוד כללי וללא הוראות מפורשות.
4. בקש מחבריך לעודד רק עידוד חיובי ולא שלילי.
5. לא משנה מה קורה מסביב, תחייך, בודד רעשים והקשב רק למאמץ ולחבריך.

בהצלחה ובאהבה.

עופר צדקה,

מועדון כדורסל בנימינה גבעת-עדה