

Консультация для родителей

Подготовила: Агафонова Нина Евгеньевна

**«Десять советов о поддержании интереса ребенка к занятиям
физической культурой»**

Совет 1. Высокая самооценка — один из мощных стимулов для ребёнка выполнять любую работу, будь то домашние задания или утренняя гигиеническая гимнастика. Всемерно поддерживайте в своём ребёнке высокую самооценку — поощряйте любое его достижение, и в ответ вы получите ещё большее старание.

Совет 2. Не настаивайте на продолжении тренировочного занятия, если по каким-то причинам ребёнок этого не хочет.

Совет 3. Важно определить индивидуальные приоритеты ребёнка в выборе физических упражнений. Практически всем детям нравятся подвижные игры, но бывают и исключения. Например, ребёнок хочет подражать своему любимому герою книги или кинофильма, но каких-то качеств, например физической силы, ему не хватает. В этом случае не удивляйтесь, если ваш ребёнок вдруг попросит купить ему гантели или навесную перекладину для подтягивания.

Совет 4. Не меняйте слишком часто набор физических упражнений. Если комплекс ребёнку нравится, пусть он выполняет его как можно дольше, чтобы прочно усвоить тот или иной навык, движение.

Совет 5. Не перегружайте ребёнка, учитывайте его возраст. Никогда не заставляйте ребёнка выполнять физические упражнения, если он этого не хочет.

Совет 6. Приучайте к физической культуре собственным примером.

Совет 7. Три закона должны сопровождать вас в воспитании ребёнка:
понимание, любовь и терпение.