КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРЫ В СЕМЬЕ»

Здорового **ребенка** не нужно заставлять заниматься **физкультурой** – он сам нуждается в движении и охотно выполняет все новые и новые задания. Ни в коем случае не следует принуждать **ребенка** к выполнению того или иного движения или превращать **занятия в скучный урок**. Дети 3-го года жизни еще не испытывают потребности учиться в буквальном смысле слова. В связи с этим **занятия** должны проходить в виде игры. Постепенно вовлекайте **ребенка** во все новые игры и забавы, систематически повторяя их, чтобы **ребенок** закрепил изученные движения. Прекрасно, если вы ободрите **ребенка похвалой**, удивитесь тому, какой он крепкий, ловкий, сильный, сколько он уже умеет.

Пробудить у **ребенка интерес к занятиям** поможет также демонстрация его умений перед остальными членами семьи или же его сверстниками. Так постепенно у **ребенка развивается** уверенность в своих силах и стремление учиться дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.

Если у **ребенка** нет желания заниматься, проанализируйте причины такого негативного отношения к **занятиям**, чтобы в дальнейшем создавать более благоприятные условия. Кроме похвалы и поощрения, стимулом для детей может служить и убедительное объяснение, почему так необходимы **занятия физкультурой**(чтобы он не был похож на неуклюжего медвежонка, чтобы его не перегнали другие дети и т. д.).

Активный интерес к **физическим** упражнениям пробуждают у детей разнообразные игрушки и предметы, которые имеются в доме (мячи, обручи, круги, кегли, скакалки, кубики, а также санки, лыжи, надувные игрушки, качели, лесенки). Дети, которые лишены таких игрушек, имеют, естественно, меньший двигательный опыт, а потому и менее ловки и проворны, менее подвижны и смелы, у них замедленная реакция. **Ребенку** нужно предоставить возможность что-нибудь катать, бросать, брать предметы разных величин, формы и цвета, безопасно лазать, взбираться по лестнице, качаться и т. п.

К сожалению, в современных квартирах нет условий для полноценного двигательного **развития ребенка**, поэтому **родителям** следует создать все необходимые условия на улице, покупать разнообразные игрушки, которые бы непосредственно побуждали детей двигаться. Часто в семье склонны приобретать очень дорогие, но совершенно бесполезные для здорового роста **ребенка игрушки**.

В связи с этим помните: чем лучше вы научите **ребенка** радоваться движению и пребыванию на природе, тем лучше подготовите его к самостоятельной жизни.