

Уважаемые родители (законные представители)!

Гармоничное развитие ребенка будет происходить только в том случае, если родители будут прививать ему не только культурные ценности, хорошие привычки, но и любовь к спорту. Развитие в физическом отношении имеет важное значение, ведь занятия спортом делают ребенка здоровым, сильным, а также придают ему уверенности в себе. Зачем детям следует заниматься спортом? Вот несколько основных аргументов, почему дети с малых лет должны развиваться физически:

1. Здоровье

Спорт – это безупречная профилактика заболеваний. В процессе занятий основная нагрузка идет на мышцы, кости, суставы, что положительно сказывается на опорно-двигательном аппарате ребенка, а регулярные тренировки улучшают работу сердечно-сосудистой системы. Ребенок с самого детства сохраняет свое здоровье. При этом не обязательно отдавать своего ребенка на определенную секцию (футбол, гимнастику, тренажерный зал), достаточно купить детский спортивный комплекс для дома, с помощью которого можно выполнять различные упражнения.

2. Избавление от накопившейся энергии

Некоторые дети отличаются тем, что их практически невозможно успокоить, когда они находятся в эмоциональном состоянии, хотят играть, бегать. Обычно такой ребенок неусидчив, и ему необходимо куда-то выплескивать свою энергию. Занятия спортом – идеальное решение в такой ситуации.

3. Формирование характера

Спорт всегда мотивирует человека к достижению определенных целей. Буквально с детского сада ребенок должен знать, чего он хочет и что многого можно добиться, если прилагать усилия. Таким образом, у детей формируется сильный характер, благодаря которому он может в будущем достичь фантастических результатов не только в спорте, но и в своей жизни в целом.

4. Развитие общительности

Как правило, спорт связан с командными играми и соревнованиями, где происходит общение между детьми. Ребенок учится общаться со своими сверстниками и соперниками, а также с окружающими их взрослыми.

Заботясь о детях, мы предлагаем Вам **цикл онлайн-лекций** о важных моментах в жизни ребенка, о том, как правильно организовать его жизнедеятельность, чтобы достичь положительного результата в обучении и воспитании. Это возможно только при тесном взаимодействии семьи и школы.