Консультация для родителей: Как привить ребёнку интерес к спорту

Задача родителей – привить ребенку любовь к спорту и активному образу жизни. Помните, что для маленького ребенка авторитет родителя имеет особенно важное значение. Малыш старается во всем наследовать папу с мамой, копирует их поведение, манеры, поэтому занимайтесь спортом вместе с ребенком. По утрам делайте вместе зарядку или же совершайте пробежку в парке. Объясните ребенку, что это полезно для здоровья, что он вырастет красивым, сильным и здоровым. Рассказывайте ребенку о различных спортсменах, покажите ему их фотографии, чтобы он видел, какие они красивые и сильные, и что спорт может принести известность. Купите малышу красивую спортивную одежду. Это является отличным стимулом для начала занятий. Мальчик наверняка оценит стильные кроссовки, а девочки – милый спортивный костюм. К тому же ассортимент магазинов предлагает спортивные костюмы любых моделей, цветов. К костюму можно подобрать симпатичную футболку, спортивный напульсник, заколку, носки. Также не лишними будут и спортивные бандажи, ведь такие полезные аксессуары создают совершенство. Вот увидите, ребенок обязательно оценит такой костюм, и куда охотнее будет заниматься. Приобретайте спортивный костюм, берите ребенка за руку и вперед в спортивную и здоровую жизнь. Когда будете говорить о спортсменах, не забудьте упомянуть, что они также начинали со спортивного зала. Расскажите, что важно ставить цели и стремиться достигать их. Занятия по физической культуре часто состоят из соревнований – кто дальше всех прыгнет, пробежит. Пусть ребенок побеждает в таких соревнованиях, тогда урок физкультуры станет значительно интересней. Кроме того, это обеспечит авторитет ребенку, ведь он самый сильный и быстрый в группе.

Настраивайте ребенка позитивно. Если его интересует какой-то конкретный вид спорта, возможно, стоит отдать его в секцию. В этом случае ваш ребенок будет обеспечен регулярными физическими упражнениями.