

Семейная форма физического воспитания способствует как физическому развитию и укреплению здоровья детей, установлению добрых, доверительных отношений между родителями и детьми, так и улучшению отношений между самими родителями!



Участие родителей в физическом воспитании детей может выражаться в разных формах. Так, совместные игры взрослых с детьми в футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, посещение бассейна, сауны и т.п., безусловно, повысят у детей престиж собственной деятельности, а также поднимут авторитет родителей в глазах своих воспитанников.



СПОРТ - МОДНАЯ СЕМЕЙНАЯ ТРАДИЦИЯ!



МАУ г.Нижневартовска "Спортивная школа"

ХМАО-Югра, г.Нижневартовск
СОК "Олимпия", ул.Чапаева 22.
info@olimpia-nv.ru
www.olimpia-nv.ru
+7(3466)45-65-47

Семейные традиции

Семейные традиции - некие ритуалы каждой семьи, отражающие их ценности. Это то, что укрепляет семью и делает жизнь немножко предсказуемой. Грубо говоря, семейные традиции являются знаками отличия одной семьи от другой. По идее, в семьях даже не задумываются о традициях и особо их не обсуждают. Обычно, их наличие принимается как данность. Любое общее дело может стать праздником для семьи.

Что же говорить про совместное занятие спортом, которое приносит радость и пользу, делает семью крепче, ну, и пополняет семейный фотоальбом.



Совместные занятия спортом

Да, спорт может стать отличной семейной традицией. Просто сделайте это привычкой. Начав заниматься гармоничным физическим развитием ребенка прямо сейчас вы решите сразу совокупность важных задач на будущее. Рассмотрим подробнее все плюсы, скрывающиеся за физическими занятиями.

Здоровье

Самый главный и небызвестный плюс - укрепление здоровья. Развивать собственные полезные качества и приучать к ним детей зложит прочный фундамент для будущего развития вашей семьи. Многочисленные исследования подтверждают, что здоровые семьи - счастливые и крепкие семьи.

Эмоциональное состояние

Гармоничным физическим развитием, мы закладываем основу для развития ребенка не только в физической сфере, но и в эмоциональной. При равноценном развитии у ребенка как физических так и эмоциональных качеств, закладывается база гармоничного развития на всю дальнешую жизнь. Научив ребенка управлять своим телом, вы дадите очень сильный толчок в развитии его эмоциональных качеств. А эмоциональные качества, в свою очередь способствуют владению ребенка самим собой и его жизненной ситуацией.

Работа в команде

Осознания себя и своего тела недостаточно. Также необходимо понимать язык тела и эмоции других людей. Физическое развитие в виде командных игр позволяют развивать эти качества. Именно в играх детей имеет место быть началу развития коммуникативных навыков. Почему некоторые дети вырастают и становятся уверенными в себе руководителями, а некоторые замкнутыми в себе исполнителями? Именно в детской игре ребенок определяет свою роль и несет ее дальше в собственную жизнь. Стремление к общей цели, взаимопонимание с коллективом - все это закладывается в детстве.

Внимательность и концентрация внимания

При любой физической активности, но особенно при играх, мы развиваем внимательность и концентрацию внимания. Части мозга, ответственные за координацию в значительной степени влияют на части, ответственные за усидчивость, обучаемость и умение работать с информацией.