

Консультация для родителей «Неразлучные друзья- спорт, родители и дети»



*Подготовила:
Ядыкина Л.А.
учитель физкультуры*

Во многих ли наших семьях принято заниматься физкультурой совместно с детьми? Допустим, папа занимается в тренажерном зале, мама - аквааэробикой. А как же дети? А для детей, скажете вы, в школе есть уроки физкультуры. Однако совместное выполнение упражнений дома приучают детей к здоровому образу жизни, способствуют сближению родителей и детей.

Мы с детьми 4-х классов провели анкетирование родителей.



Анкета для родителей

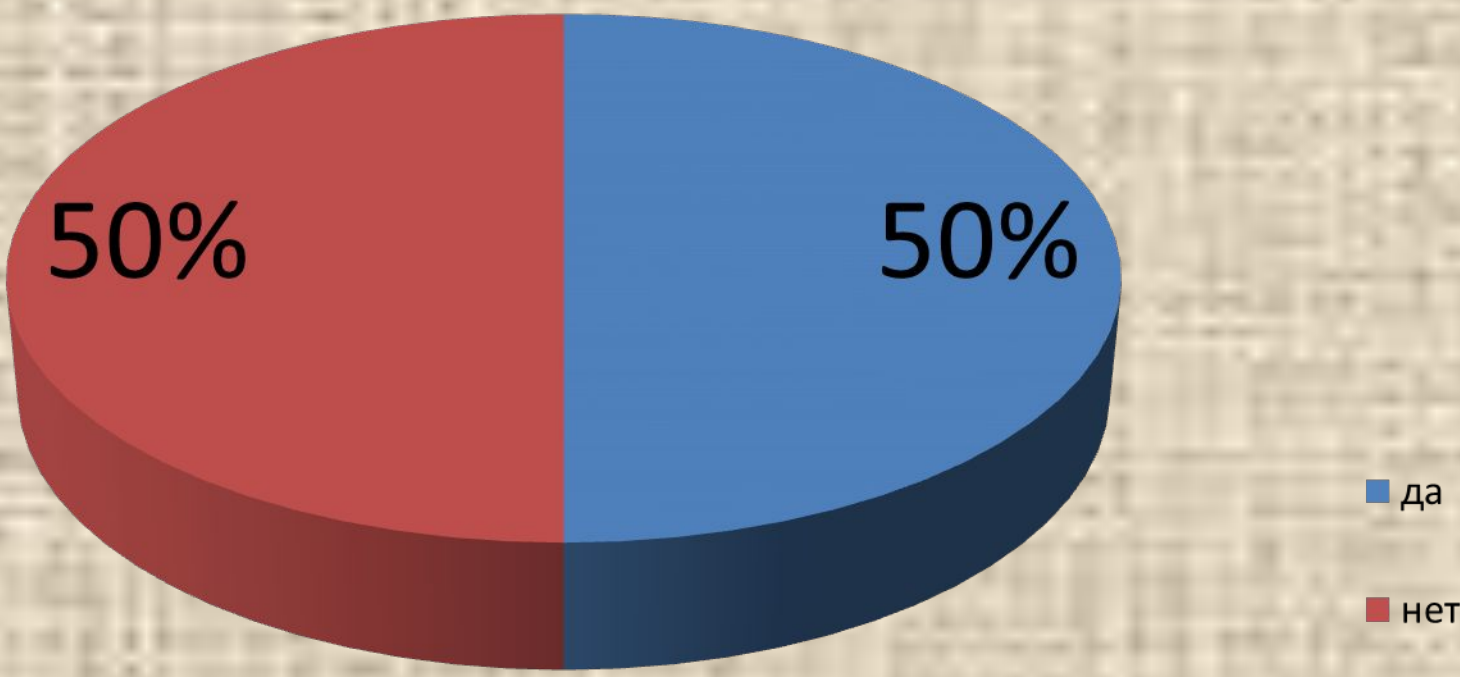
1. Как Вы считаете, достаточно ли 3 урока физкультуры в школе для физического развития и укрепления здоровья ребенка? _____

2. Какое увлечение Вы посоветовали бы своему ребенку в свободное от учебы время?

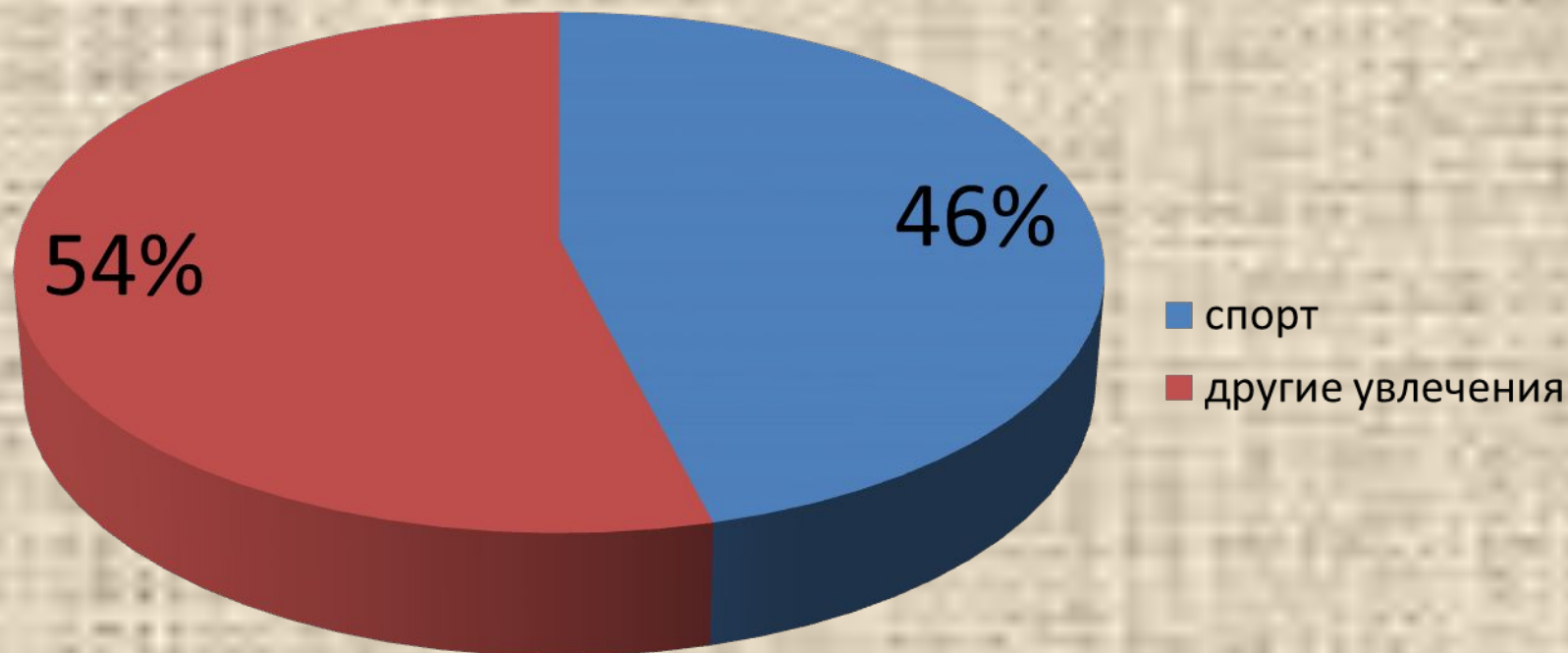
3. Каков Ваш главный аргумент при выборе увлечения для своего ребенка?

Итоги анкетирования

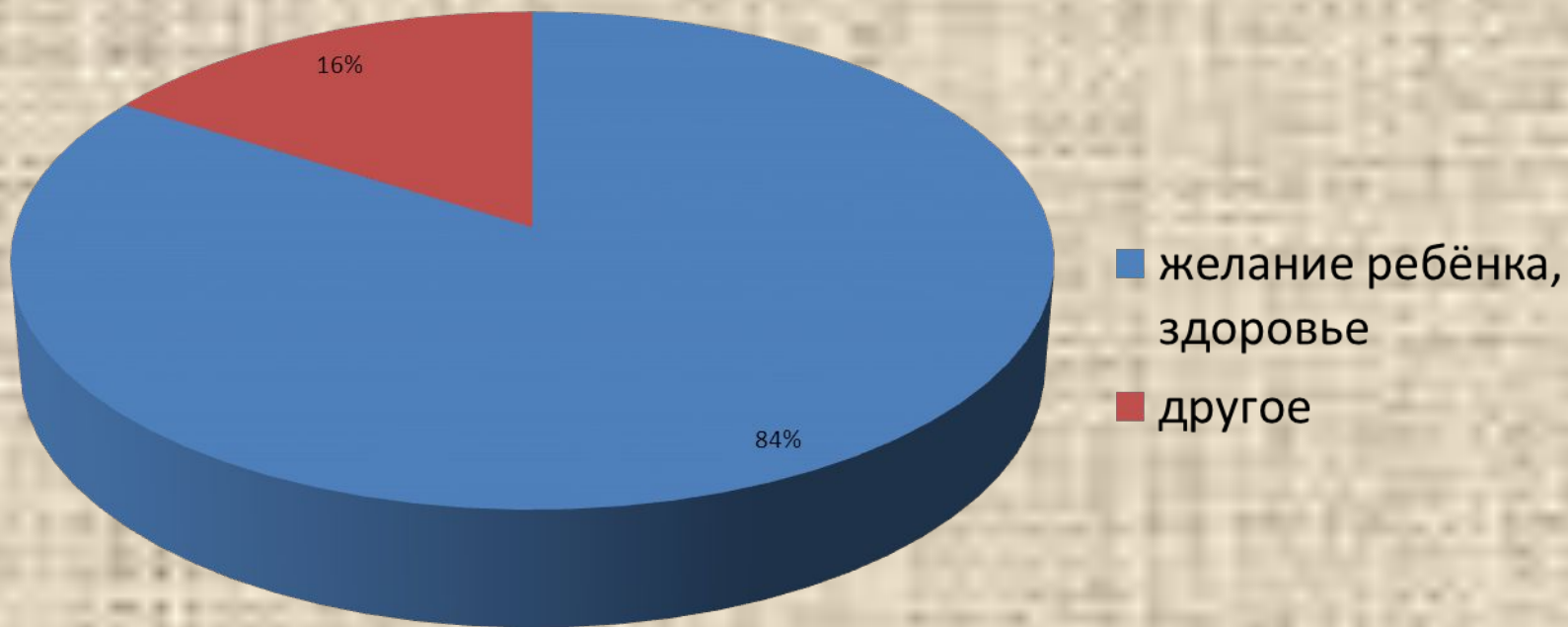
Достаточно ли 3 урока физкультуры для физического развития и укрепления здоровья ребёнка?



Какое увлечение Вы посоветовали бы своему ребёнку?



Ваш главный аргумент при выборе увлечения для своего ребёнка?



- Совместные занятия физкультурой родителей вместе с детьми, дома, приучает ребенка к дисциплинированности, способствует дополнительному общению детей и родителей в неформальной обстановке, ведь, папа с мамой могут быть тренерами. Нужно лишь немного свободного места, двадцать минут времени ежедневно и польза станет видна очень скоро.

В домашних условиях можно изготовить совместно с ребёнком нетрадиционное оборудование: скакалки из верёвки, массажные колечки из пластмассовых крышек, гантели из бутылочек с песком.







«Хоккей»

Повысить акробат. и физ. равновесие, координац. зритель, быстроту реакции, исключитель. реакцию, выносливость, умение соблюдать правила игры, интерес к спортивной деятельности

Игры всей семьей создают благоприятный климат в семье- родители и дети становятся ближе друг к другу. Общие спортивные интересы дают родителям возможность лучше узнать своего ребенка, укрепляют в семье обстановку взаимного внимания, сотрудничества, позволяют с пользой проводить свободное время.

Совместные игры детей и родителей









Папа, мама, я- спортивная семья!

Значит дружная семья!

И здоровая семья!

Без движения – ни дня

Папа, мама, я!

