

Какой вид спорта выбрать для ребенка?

Время очень быстро летит, и с этим временем быстро растет ваш ребенок. Он очень подвижный, и не знает куда деть свою энергию? Решено: надо заняться спортом, но каким именно?

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок рос здоровым и сильным. В поисках решения проблемы родители нередко ступают на неверный путь. Очень часто интересы и возможности малыша не учитываются родителями.

Гимнастика может стать первой ступенью в занятиях любым другим видом спорта и начинать тренировки можно уже с 3 лет. Ведь этот вид спорта развивает осанку, координацию, мышцы, характер, грацию, стройность. Особенно гимнастика любима и популярна среди девочек.



Плавание вот эта стихия, без преувеличения, подходит всем без ограничения. Благодаря водным процедурам у детей вырабатывается хорошая осанка и крепкие мышцы. Да и сам факт, что чадо научится плавать и чувствовать себя как рыба в воде, не оставляет многих

родителей равнодушными. Что уж говорить о роли закаливания!

Танцы хотите найти более простой и безопасный путь приобщения вашего ребенка к спорту? Начните с обычных танцев. К танцам относятся: спортивные танцы, аэробика, разновидности современных танцев Кто знает, может, это призвание вашего ребенка? К выбору вида спорта нужно отнестись предельно внимательно, важно, чтобы он соответствовал характеру ребенка. Ни в коем случае нельзя сбрасывать со счетов его склонности и бороться с природой, пытаясь на свое усмотрение



«улучшать» ребенка. Попробуйте выявить и развить все позитивное, что досталось ему от рождения. Не бойтесь экспериментировать: не стоит корить малыша, если он, полгода проведя в секции, вдруг решительно откажется продолжать занятия. Сначала попробуйте разобраться в ситуации. Возможно, дело не в самом спорте, а в социально-коммуникативных отношениях внутри коллектива. Ведь для детей важны не только занятия, но и общение, прежде



всего игры. Но главное, чтобы малыши хотели заниматься, ведь спорт – это здоровье!

