

Важно не переусердствовать

При занятиях физкультурой с детьми необходимо пойти «навстречу природе».

Не стоит нагружать детей чрезмерно, ведь для здоровья не столь важен выбор движений, гораздо важнее сама физическая нагрузка как способ формирования привычки к **здоровому образу жизни.**

Проявляйте интерес к результатам и успехам ребенка

Когда ваш ребенок уже занимается спортом, нужно обязательно поддерживать его и мотивировать на достижение лучших результатов. Посещайте соревнования, проявляйте интерес к результатам и успехам своего ребёнка.



Инструктор по ФК Барагунова М.В.