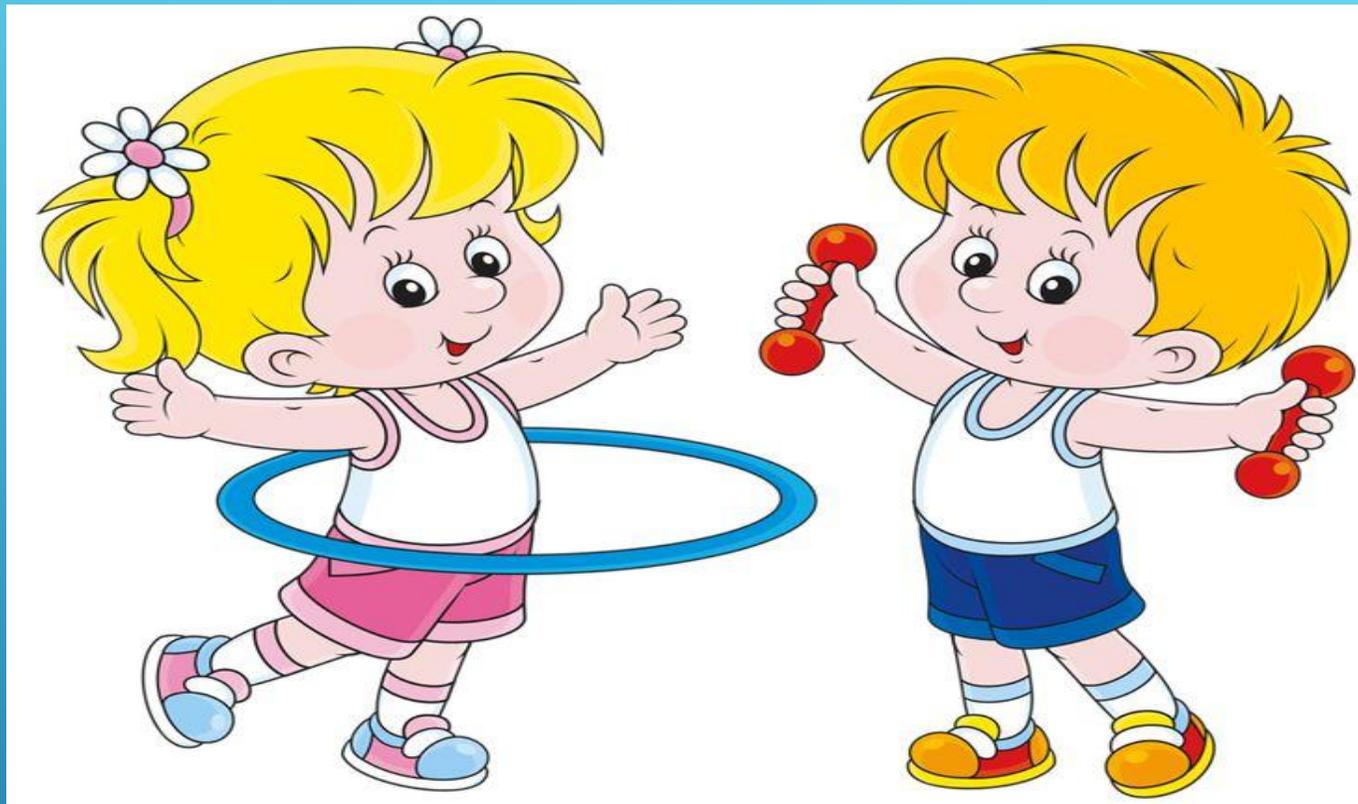


**ФИЗКУЛЬТУРА – ЭТО КЛАСС!  
ВСЕ ЗДОРОВЫЕ У НАС!**



**ПОЛЬЗА ФИЗКУЛЬТУРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ  
РЕБЕНКА.**



**ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ПОМОГАЕТ РЕБЕНКУ РАСТИ ЗДОРОВЫМ, ПРЕДОСТАВЛЯЕТ БЕЗГРАНИЧНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ. ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ВЕСЕЛОЕ ВРЕМЯПРОВОЖДЕНИЕ. РЕГУЛЯРНЫЕ ТРЕНИРОВКИ СНИЖАЮТ ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ, ПОВЫШАЮТ УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ, УСКОРЯЮТ ПРОЦЕСС АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ В НОВЫХ УСЛОВИЯХ ЖИЗНИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

## ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ, ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, УЧАСТИЕ В СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ СПОСОБСТВУЮТ ФОРМИРОВАНИЮ КОСТЕЙ И МЫШЦ, УЛУЧШАЮТ КРОВЯНОЕ ДАВЛЕНИЕ, ПОМОГАЮТ ДЕРЖАТЬ В НОРМЕ ВЕС РЕБЕНКА. ПОДВИЖНЫЕ ДЕТИ МЕНЕЕ ТРЕВОЖНЫ, УСТОЙЧИВЫ К СТРЕССАМ.





**ДЕТИ, КОТОРЫЕ РЕГУЛЯРНО ЗАНИМАЮТСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, РАСТУТ КРЕПКИМИ, ИЗБЕГАЮТ МНОГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: НАРУШЕНИЕ ОСАНКИ, ПЛОСКОСТОПИЕ, СКОЛИОЗ, ИСКРИВЛЕНИЕ НОГ, БРОНХИТЫ, ЖЕЛУДОЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА И МНОГИХ ДРУГИХ.**



**ХОРОШАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ФОРМА ОБЕСПЕЧИВАЕТ МАЛЫШУ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ВНЕШНИЙ ВИД, ЧТО ПОВЫШАЕТ ЕГО САМООЦЕНКУ. УЧАСТИЕ В ИГРАХ И СОСТЯЗАНИЯХ, ПОЛУЧЕНИЕ ПРИЗОВ И ПОДАРКОВ УКРЕПЛЯЕТ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ, ДАЖЕ ЕСЛИ ЭТО ОБЫЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ВНУТРИ ДЕТСАДОВСКОЙ ГРУППЫ ИЛИ ДВОРА. БЛАГО СЕГОДНЯ КУБКИ, НАГРАДЫ, МЕДАЛИ КУПИТЬ НЕ СОСТАВЛЯЕТ ТРУДА.**

# СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

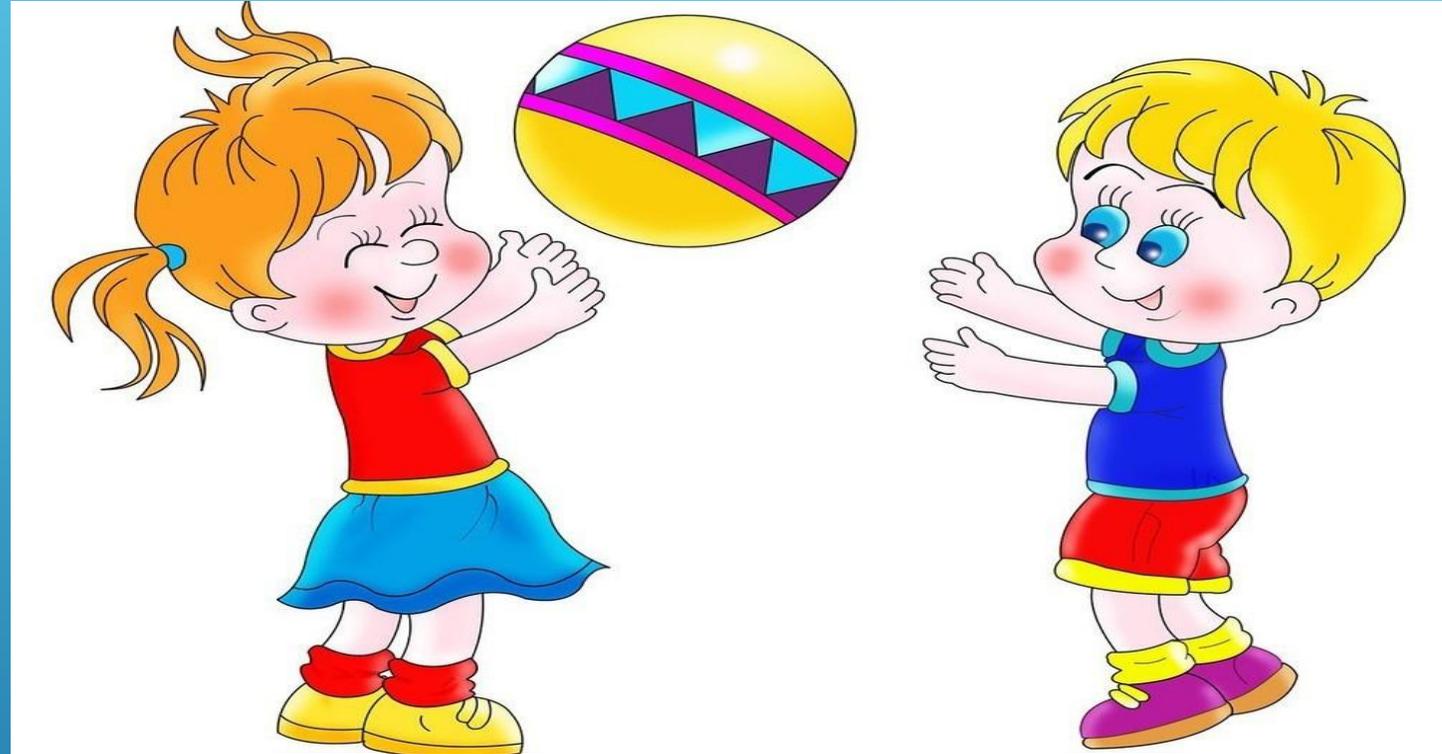


НАВЫКИ, ПОЛУЧЕННЫЕ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ, ПОМОГАЮТ РЕБЕНКУ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ, ПОСКОЛЬКУ ТЕ ЖЕ ПРИНЦИПЫ, ЧТО ИСПОЛЬЗУЮТСЯ НА ТРЕНИРОВКАХ, ПРИМЕНИМЫ В ДОСТИЖЕНИИ СОЦИАЛЬНЫХ ЦЕЛЕЙ. СПОРТИВНЫЕ ДЕТИ БОЛЕЕ НАСТОЙЧИВЫЕ, УПОРНЫЕ, ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЕ, НЕ ПАСУЮТ ПЕРЕД ТРУДНОСТЯМИ.





**ПРЕУСПЕВАЮЩИЙ В СПОРТЕ РЕБЕНОК ЛЕГЧЕ КОНТАКТИРУЕТ С ДРУГИМИ ДЕТЬМИ, ЛИДИРУЕТ СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ. СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ СПОСОБСТВУЮТ РАЗВИТИЮ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ВИДОВ ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРОБЛЕМ, ВОЗНИКАЮЩИХ В ПОВСЕДНЕВНОМ ОБЩЕНИИ И УЧЕБЕ. ЧЕМ РАНЬШЕ РЕБЕНОК НАЧНЕТ ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ, ТЕМ БОЛЕЕ ПОДГОТОВЛЕННЫМ К ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ ОН БУДЕТ КАК ФИЗИЧЕСКИ, ТАК И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНО.**



**ОРИЕНТАЦИЯ НА УДОВОЛЬСТВИЕ, А НЕ  
РЕКОРДЫ**





**ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ, НЕ СТОИТ ПРЕВРАЩАТЬ ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В БОРЬБУ ЗА СПОРТИВНЫЕ ПРИЗЫ. СПОРТ ПОЛЕЗЕН ТОЛЬКО ПРИ УСЛОВИИ, ЕСЛИ ОН ДОСТАВЛЯЕТ РАДОСТЬ И УДОВОЛЬСТВИЕ. РЕБЕНОК НЕ ДОЛЖЕН БОЯТЬСЯ НАКАЗАНИЯ, НЕДОВОЛЬСТВА ВЗРОСЛЫХ ЗА НЕПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЕННОЕ УПРАЖНЕНИЕ. СПОСОБСТВУЮТ ЗАНЯТИЯМ ВЕСЕЛАЯ МУЗЫКА, А ТАКЖЕ УЧАСТИЕ ВЗРОСЛЫХ.**



ДЛЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ ЛУЧШЕ ЗАПИСАТЬ РЕБЕНКА В СЕКЦИЮ. ОПРЕДЕЛЯЯСЬ С ПРИОРИТЕТАМИ, СТОИТ УЧИТЫВАТЬ, ЧТО ТАКИЕ ВИДЫ СПОРТА КАК ГИМНАСТИКА ИЛИ ПЛАВАНИЕ ПОДХОДЯТ ВСЕМ ДЕТЯМ И ИМЕЮТ МИНИМУМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ. ЗАНИМАТЬСЯ ГИМНАСТИКОЙ МОЖНО С ДВУХ-ТРЕХ ЛЕТ, А ПЛАВАТЬ – С САМОГО РОЖДЕНИЯ. ТЕННИС ЖЕ, ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА, КОННЫЙ СПОРТ, ЕДИНОБОРСТВА, АЭРОБИКА, ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА ИМЕЮТ СТРОГИЕ ОГРАНИЧЕНИЯ ПО ВОЗРАСТУ.



**СПОРТ ДОЛЖЕН БЫТЬ В  
РАДОСТЬ. ТОЛЬКО В ЭТОМ  
СЛУЧАЕ ОН БУДЕТ ПОЛЕЗЕН.**



**Для здоровья важен спорт,  
Чтоб болезням дать отпор.  
Нужно спортом заниматься,  
И здоровым оставаться!**



**Будьте здоровы**



**Спасибо за внимание**