

**Мотивация детей детского сада на занятия физкультурой**

 Регулярные занятия физкультурой – один из важнейших факторов здоровья ребенка.

Мотивация к физкультуре на уровне семьи - именно с этого начинается становление активного образа жизни ребенка и его здоровья.

 Инструкция для родителей и воспитателя.

1. Занимайтесь физкультурой вместе с ребенком и подавайте ему личный пример. Начинать совместные занятия можно с самого рождения малыша. Совместная физическая активность – один из самых эффективных способов сделать физкультуру неотъемлемой частью жизни вашего ребенка.

2. Старайтесь постоянно общаться с детьми на тему физкультуры и спорта. При каждом удобном случае рассказывайте о пользе активного образа жизни. Приводите яркие примеры. Активный образ жизни поможет надолго остаться молодым и здоровым.

3. Покупайте ребенку красивую, качественную, яркую спортивную одежду.

4. Воспитывайте в ребенке желание побеждать. Успех на физкультуре вызывает уважение со стороны сверстников.

5. Постарайтесь сделать так, чтобы первое знакомство ребенка с физкультурой и спортом было позитивным.

Инструктор по физкультуре Сабурова О.Ю.