**Спорт в жизни ребёнка**

Спорт играет большую роль в жизни ребёнка. Он укрепляет здоровье, воспитывает характер, делает человека сильным и выносливым. Чтобы быть здоровым, любовь к спорту нужно прививать с самого детства. Родители сами должны следовать правилам ЗОЖ. Для каждого ребёнка главный пример- родители, поэтому активный образ жизни должны пропагандировать именно они.
Хочется рассказать о семьях детей из нашей группы. Это родители Айлин К. и Мирры и Арины С. Их папы являются действующими спортсменами и одновременно тренерами в спортивных школах. Их личный наглядный пример помогает детям воспринимать спорт как неотъемлемую часть жизни.
Айлин занимается хореографией. Её папа привил интерес и увлечение карате старшему брату Рустаму, участнику и призёру многих соревнований. Вся семья ведёт активный образ жизни. В свободное время-это и лыжи, и коньки, плавание, и велосипед.
Сёстрам Мирре и Арине С. папа тоже- личный пример! Для того, чтобы в будущем стать достаточно сильными, преодолевать любые препятствия, нужно с детства заниматься спортом. Мирра и Арина занимаются теннисом, посещают Легкоатлетический Манеж 2 раза в неделю, плавают в бассейне.
Как же привить ребёнку интерес к спорту?
\* начинайте с себя и будьте примером своему ребёнку!
\*учитывайте характер и особенности своих детей
\*занимайтесь спортом с удовольствием!



  