



- Обсуждение с детьми важности здорового образа жизни и физической активности. Это поможет сформировать у них правильные привычки и отношение к своему здоровью.
- Поддержка и поощрение ребёнка в его спортивных достижениях, посещение соревнований и спортивных секций.
- Организация семейных игр и конкурсов, которые помогут детям развить координацию движений, ловкость и быстроту реакции.
- Соблюдение режима дня, включая достаточное количество времени на сон, питание и физическую активность.
- Создание атмосферы поддержки и понимания, где ребёнок чувствует себя уверенно и безопасно во время занятий физической культурой.

**Важно помнить, что семейные традиции должны быть естественными и приносить радость всем членам семьи.**



## Основа успеха физического воспитания ребенка в семье:



- **ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР РОДИТЕЛЕЙ**
- **СОВМЕСТНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**
- **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**