

Десять советов взрослым

Совет 1. Поддерживайте интерес ребенка к занятиям физической культурой, ни в коем случае не высказывайте свое пренебрежение к физическому развитию.

Совет 2. Высокая самооценка – один из мощных стимулов для ребенка выполнять любую работу, будь то домашние задания или утренняя гигиеническая гимнастика.

Совет 3. Наблюдайте за поведением и состоянием своего ребенка во время занятий физическими упражнениями.

Совет 4. Ни в коем случае не настаивайте на продолжении тренировочного занятия, если по каким-то причинам ребенок этого не хочет.

Совет 5. Не ругайте своего ребенка за временные неудачи.

Совет 6. Важно определить индивидуальные приоритеты вашего ребенка в выборе физических упражнений.

Совет 7. Не меняйте слишком часто набор упражнений.

Совет 8. Важно соблюдать культуру физических упражнений.

Совет 9. Не перегружайте ребенка: что доступно взрослому, не всегда полезно ребенку.

Совет 10. Три незыблемых закона должны сопровождать вас в воспитании ребенка: понимание, любовь и терпение.



Успехов Вам!