**Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой**

Здорового ребенка заставлять заниматься физкультурой не нужно – ему самому нужно двигаться. Поэтому он охотно выполняет все задания. Не нужно принуждать ребенка к выполнению того или иного движения. Дети 3-х лет еще не испытывают потребности учиться в буквальном смысле слова. Вот почему занятия должны проходить в виде игры. Вовлекать ребенка в новые игры и забавы нужно постепенно, систематически повторяя их, чтобы ребенок закрепил изученные движения. Будет отлично, если вы похвалите ребенка: будете удивлены тому, какой он крепкий, ловкий, сильный, сколько он уже умеет.

Сформировать у ребенка интерес к занятиям также поможет показ его умений перед другими вашей членами семьи или же его сверстниками. Таким образом, постепенно у ребенка развивается уверенность в своих силах и стремление заниматься дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.

Если у вашего ребенка отсутствует желание заниматься, следует проанализировать причины такого отрицательного отношения к занятиям для того, чтобы в последствие создавать более благоприятные условия. Стимулом для детей, кроме похвалы и поощрения, могут служить и убедительные объяснения причины того, почему так необходимы занятия физкультурой.

Активный интерес к занятиям физкультурой пробуждают у детей различные игрушки и предметы, которые имеются в доме (мячи, обручи, круги, кегли, скакалки, кубики, а также санки, лыжи, надувные игрушки, качели, лесенки). Дети, не имеющие таких игрушек, имеют, конечно, меньший двигательный опыт, вот почему они менее ловки и проворны, менее подвижны и смелы, у них наблюдается замедленная реакция. Ребенку просто необходимо дать возможность что-нибудь катать, брать предметы разных величин, формы и цвета, безопасно лазать, взбираться по лестнице, бросать, качаться и т. п.

Конечно, не во всех современных квартирах есть условия для полноценного двигательного развития ребенка, поэтому родителям следует создать эти необходимые условия на улице, покупать игрушки, которые непосредственно побуждают детей к движению.

Помните: чем больше ребенок будет радоваться движению и пребыванию на природе, тем лучше он будет подготовлен к самостоятельной жизни.