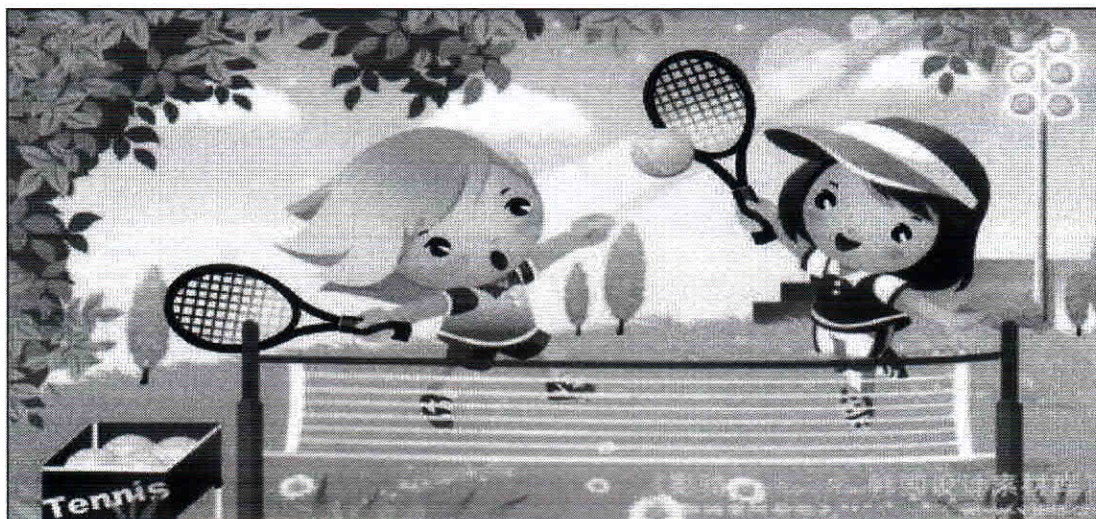


Памятка для родителей

Как подготовить ребёнка к урокам физкультуры

1. Пройти медосмотр и определить медицинскую группу (основная, подготовительная, специальная медицинская группа).
2. Пройти дополнительно ортопеда, офтальмолога, лора.
3. При наличии специальной медицинской группы узнать требования у учителя физкультуры (получить индивидуальную накопительную ведомость).
4. Подготовить спортивную форму (футболки, шорты, спортивный костюм, сменную спортивную обувь (для зала)).
5. Быть личным примером для своего ребёнка.
6. Проверять домашние задания по физкультуре
7. Искренне интересоваться успехами ребёнка.
8. Не оставайтесь равнодушными к пропускам уроков физкультуры, контролируйте наличие спортивной формы на уроках физкультуры.
9. Поощряйте занятия спортом вашего ребёнка, постарайтесь иметь дома спортивный инвентарь для занятий спортом (мячи, скакалку, ролики, велосипед, гантели, эспандер).
10. Поощряйте своего ребёнка морально за спортивные достижения и учебные результаты по физкультуре.
11. Контактируйте с учителем физической культуры, если у вас возникли вопросы и проблемы, связанные с его уроками или со здоровьем ребёнка.
12. Посещайте со своим ребёнком спортивные мероприятия в школе и вне школы, в которых он участвует.
13. Рассказывайте ребёнку о своих спортивных достижениях, показывайте свои награды.
14. Не высказывайтесь пренебрежительно о занятиях физкультурой и спортом.
15. Будьте сами примером своему ребёнку, пусть занятия физкультурой и спортом станут хорошей традицией вашего дома!



Будьте здоровы!