**Приобщение детей к спорту**

Занятия спортом являются важнейшей формой физического развития и воспитания детей. Обычно приобщение их к спорту осуществляется под влиянием воспитателей физкультуры, родителей.

Задача родителей поощрять увлечение детей, контролировать его, развивать интерес к спорту, не дать ему угаснуть. Родители должны быть убеждены, что занятия спортом развивают физические возможности организма, дисциплинируют ребенка, благотворно влияют на здоровье, нравственность, учебу и поведение. Только такая убежденность сделает родителей верными друзьями спорта, помощниками детей в их занятиях спортом. Следует помнить, что спорт нужен всем детям.

Занятия спортом всегда способствуют правильному психологическому воспитанию детей. Не секрет, что все спортсмены обладают хорошим самообладанием, у них развита волевая сфера, целеустремлённость, умение разбивать предполагаемые действия на этапы и постепенно и планомерно добиваться поставленных целей.

Важно с дошкольного возраста, выявить интерес и способности к тому или иному виду спорта и постепенно приучать ребёнка заниматься настоящим спортом. Танцевать или плавать. Не забывайте о прогулках по парку, где ребенок может освоить велосипед, ролики или найти место, чтобы поиграть в футбол. Помните: это весьма ответственный период в жизни вашего ребёнка, когда закладываются основные навыки, влияющие впоследствии на весь его образ жизни. И та любовь к катанию на лыжах, бегу или игре в футбол, которую вы зароните в дошкольном возрасте, поможет ему оставаться активным и здоровым в

Значение спорта, состоит в том, что он используется в качестве средства улучшения физического развития, укрепление здоровья, увеличение творческого долголетия, воспитания. Занятия спортом – одно из средств удовлетворение человеком своей потребности в движениях в ее игровой форме