**Занимаемся вместе.**

 Важнейшей задачей современной семьи и дошкольного учреждения является воспитание здорового ребёнка - гармонически развитой личности, как со стороны физического, так и психического развития. Все родители желают видеть своего ребенка (и себя так же) здоровым, сильным, физически развитым, и большинство прекрасно понимает, что для нормального роста ребёнка, его развития и крепкого здоровья необходимо движение. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании закладывается еще в семье. Без участия родителей и их заинтересованности, ребенку сложно привить здоровый образ жизни, интерес к спорту и оздоровительным мероприятиям.

Лучший способ приобщить ребенка к физкультуре – это показать на собственном примере, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Если ребенок видит, что родители испытывают удовольствие от здорового активного досуга, он обязательно будет им подражать.  Именно с этой целью предлагается занятие парной гимнастики.

В МБДОУ ЦРР – детский сад 16 корпус 4 - 02.12.2022 года во второй младшей группе № 8 прошла парная гимнастика с родителями «Удивительный мир детства». Цель мероприятия - создание условий для активного взаимодействия родителей и детей. Ребят и родителей встретил Колобок, который заблудился, и дети с родителями предложили ему помочь добраться до дома. По пути они преодолели много препятствий, встретили героев сказки и поиграли с ними в интересные игры, и помогли колобку добраться до дома.

   Парная гимнастика помогает преодолеть коммуникативные барьеры между родителями и детьми. Общение без напряжения и назидания, совместная игровая деятельность – еще один повод для использования этой гимнастики. Особенность этих мероприятий в том, что взрослый и ребенок вместе, в тесном соприкосновении выполняют физические упражнения, играют. Телесный контакт помогает им почувствовать другу друга, понять и принять, ощутить себя едиными.

**Занимайтесь вместе и будьте здоровы!**

**Инструктор по ФК**

**Лыкова Е.В**

  

  

  

  