**Три причины для занятий спортом**

Какое же влияние оказывает спорт на развитие детей? Почему родителям нужно всячески заставлять детей заниматься спортом?

Прежде всего, для того, чтобы ребенок стал сильным и выносливым. Современные дети часто не имеют подходящего места для игры на улице, а как следствие, они реже бегают, и, соответственно, реже падает, и получают ссадины. Казалось бы, это хорошо, что у ребенка нет ссадин. Однако, если ребенок не иметь опыта падения, если он не набивал себе шишки, у него нет определенного навыка, он не знает, как избежать падения, как себя обезопасить. Из-за этого дети, время от времени получают серьёзные травмы. Когда же ребенок станет крепким, его спортивные способности улучшатся, он сможет уклоняться от опасности, научится защищать себя. Улучшится сопротивляемости организма, ребенок перестанет простужаться, а так же исчезнет полнота.

**Следующая причина заключается в том,** что благодаря спорту ребенок научится общаться. Даже занимаясь не групповыми, а индивидуальными видами спорта, ребенок будет вынужден взаимодействовать со многими людьми: это тренер, который его обучает, благодаря которому ребенок может пользоваться спортивным залом, спортивным инвентарем и всем необходимым для тренировки. Групповые виды спорта учат ребенка работать в команде, стремиться к общей цели помогать друг другу. А как мы знаем, в социальной жизни способности необходимы.

**Ну и третья самая главная причина** - это то, что благодаря спорту ваш ребенок приобретет уверенность в себе. Он будет верить в свои силы и знать: «Если я постараюсь, у меня всё получится».

Любая из перечисленных причин достаточно, что бы вы поняли, почему спорт необходим для развития вашего ребенка. Помните о них!

Ну и, конечно же, не забывайте о своем собственном развитии! Станьте достойным примером для своего ребенка.