



## Как смотреть Олимпийские игры с детьми?

### Плюсы семейного просмотра Олимпиады:

Физическая культура – приоритет воспитания детей и подростков.

Позитивные эмоции, связанные со спортом, повышают вероятность того, что ребенок будет регулярно заниматься им в свободное время.

Просмотр Олимпиады – отличный пример полезного экранного времени с обучающим эффектом.

Он оказывает положительное влияние на отношения с детьми – мало что может заменить совместные эмоции и радость при победе любимого спортсмена. Дети очень любят подражать взрослым, а большинство спортсменов – хорошие для этого примеры.

### Как подготовиться к просмотру Олимпиады с детьми?

- Прочитайте детям историю создания Олимпийских игр и покажите фотографии.
- Найдите с ребенком на карте, какие страны участвуют в играх.
- Расскажите о своих любимых видах спорта и спортсменах, спросите мнение ребенка.

### Чем занять ребенка во время просмотра Олимпиады?

Обсудите с детьми, какие качества помогают спортсменам, а какие становятся препятствием для достижения результата.

Предложите ребенку сыграть в игру, например на день стать комментатором одной из игр Олимпиады, а после не забудьте отметить старания «лучшего семейного комментатора Олимпиады».

Еще одна игра – в «счетную комиссию». Ваша задача совместно с ребенком подсчитывать очки, набранные командами за время Олимпиады. Для этого подойдет многоборье в гимнастике.

Представьте себя тренерским штабом и обсудите с ребенком правила и стратегию командной игры (с этим отлично справляются папы и дедушки).

В этом году в играх впервые принимают участие скейтборд, серфинг и скалолазание – чем не повод узнать у подростков, что их так привлекает в этих видах спорта и почему?

А малышам особенно понравятся соревнования по конному спорту.

Превратите просмотр в семейную игру: приготовьте еду, выберите одежду с символикой, рассказывайте друг другу о спортсменах и делитесь положительными эмоциями!

И еще: школьники могут придумать свои игры по примеру Олимпийских, или провести в сентябре выставку с результатами.

