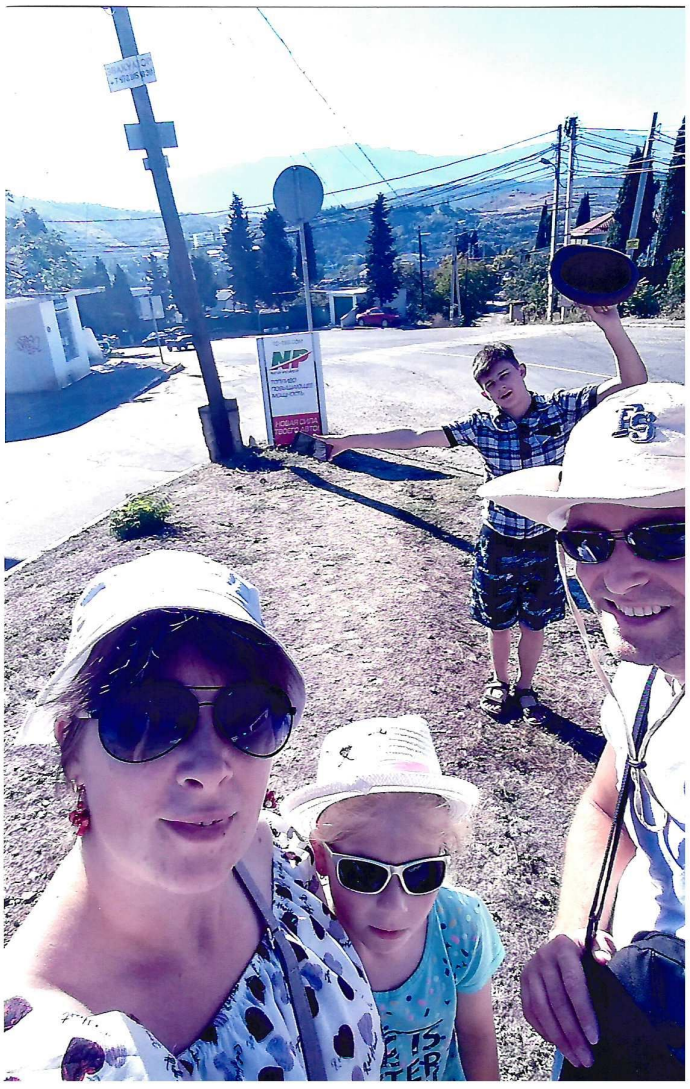
Три кита нашей семьи

Нам родителям крайне важно поддерживать своих детей, быть им примером и опорой. Постараться раскрыть весь потенциал их возможностей. Как же хочется чтобы наши дети были всегда здоровыми и счастливыми.



Три кита здоровья нашей Семьи

Здоровое тело:

Для развития здорового тела необходимы физические нагрузки. Футбол, как нельзя лучше, помогает в этом. Игра в футбол способствует укреплению иммунитета, уменьшает вероятность возникновения сердечнососудистых заболеваний, улучшает циркуляцию крови и соответственно снабжение кислородом всех органов. Ну и конечно, футбол улуч-

гает общее состояние здоровья человека. У нас не было сомнени
в выборе спортивной секции для детей.

Игра развивает ловкость и координацию движений

Развитие личных качеств: вам к победе

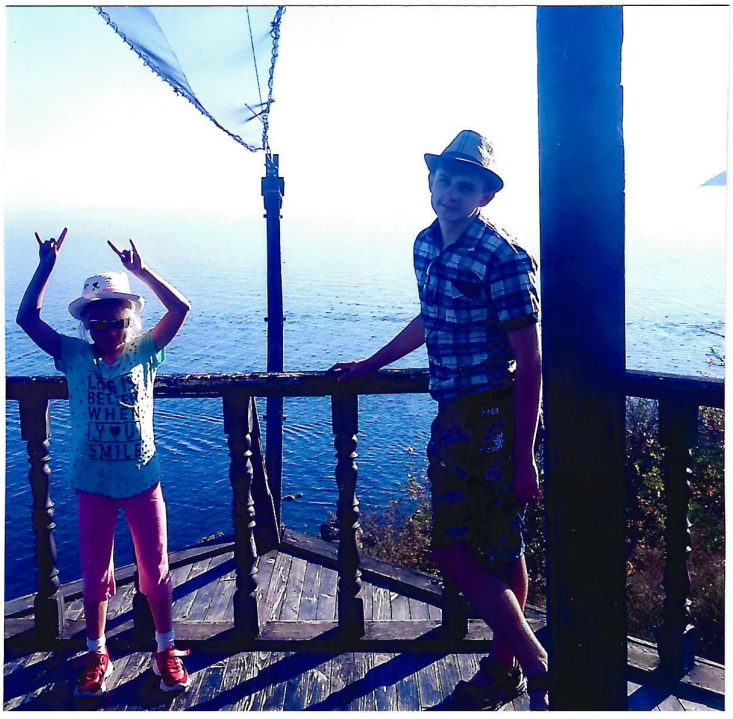
Целеустремлённость

Умение работать в команд

Сильный дух!

После физических и умственных нагрузок человеку нужен отличный отдых, чтобы расслабилось тело и разум, а дух наполнился силами. Для этого наша семья постаралась ввести ещё одну традицию - ежегодный отдых на юге нашей страны. Южное солнце, соленое тёплое море, чистый горный воздух - ещё "ТРИ КИТА" нашей семьи. Солнце активизирует обмен веществ, придает коже загорелый и здоровый вид, положительно влияет на иммунную систему. Морская вода обладает рядом целебных свойств: успокаивает нервную систему, при купании улучшается дыхание, обмен веществ, улучшается аппетит.

Мы все отдохнули, набрались сил пополнили запасы энергии, зарядились отличным настроением! Всё это поможет в достижении новых целей.



Светлые мысли!

Мозг человека пластичен и способен физически меняться в зависимости от того, что он делает. Чтение книг и познавательных журналов, шахматы, занятия в кружках робототехники и иностранные языки плодотворно влияют на умственное развитие ребёнка. Интеллект тесно связан с когнитивными функциями – восприятием, вниманием, мышлением, речью. Чтение, тренировка памяти, решение логических задач и математических примеров хорошо помогают развивать интеллект.