

Памятка для родителей по формированию привычки к здоровому образу жизни

Уважаемые папы и мамы!

Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми, помогите им сохранить свое **здоровье**. Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом и стали неотъемлемой частью совместного досуга.

— С раннего детства воспитывайте у своих **детей** привычку заниматься физкультурой и спортом!

— Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!

— Участвуйте в спортивных мероприятиях детского сада, это способствует укреплению вашего авторитета в глазах собственного ребенка!

— Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!

— Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!

— Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!

— Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!

— Совершайте со своим ребенком прогулки на свежем воздухе всей семьей, походы и экскурсии!

— Радуйтесь успехам своего ребенка!

— Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!