



Уважаемые родители, если Вы хотите видеть своих детей счастливыми, помогите им сохранить свое здоровье.

Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом и стали неотъемлемой частью совместного досуга.

Воспитывайте с раннего детства у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!

Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!

Участвуйте в спортивных мероприятиях группы и 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 в спорте своего ребенка и его друзей!

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



ДЕТСКИЙ САД «РОДНИЧОК»,
ФИЛИАЛ МАОУ
«НОВОЗАИМСКАЯ СОШ»

**«ЗДОРОВЬЕ
ВАШЕГО
РЕБЕНКА -
В ВАШИХ РУКАХ»**

Подготовила:
воспитатель
Белослудцева Е.В.



С. НОВАЯ ЗАИМКА,
2017Г.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ОРГАНИЗАЦИИ АКТИВНОГО СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА.

Проведение совместного семейного отдыха – будь то семейные туристические походы, активный отдых на море, в горах, участие в спортивных семейных играх, например, «Папа, мама, я – спортивная семья», велосипедные прогулки в лес и т.д. – благотворно действуют на дошкольников и их родителей. Родители совместно с детьми могут:

1. В зимнее время – совершать лыжные прогулки с детьми, кататься на коньках, на санках, совершать пешие прогулки в ближайший лес, парк, лепить во дворе снежные крепости, фигуры.

2. В весеннее и осеннее время – брать детей с собой в однодневные туристические походы, совершать совместный отдых на море, на даче, организовывать совместные дворовые затеи с подвижными играми.

3. В летнее время – загорать, плавать, устраивать шумные, подвижные игры на улице.

4. Устраивать совместные семейные чтения о здоровом образе жизни. (Например, стихотворение А. Барто «Девочка чумазая» вызовет желание малышей умыться и мыть руки с мылом, произведение С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала» поможет побороть плохой аппетит, стихотворение С. Михалкова «Про мимозу» расскажет о необходимости закаливания)



**Здоровье – это самое
дорогое, самый
драгоценный дар, который
получил человек от
природы!**

Уважаемые родители!

Помните!

*** Здоровая семья — это крепость, в которой ребенок чувствует себя защищенным!**

*** Это гнездо, в котором ему спокойно и уютно.**

**Семья,
родители должны
удовлетворить многие
жизненно-важные
потребности
ребенка, должны многому
научить детей.**

*** Ребенок — это пластилин, что из него вылепишь — то и будешь иметь!**

*** Это чистая доска, что напишешь, — то и останется на всю жизнь!**

*** В здоровой семье — здоровый ребенок! В больной семье — больной!**