

Чего не должны родители

- Считать нормой пьянство или употребление наркотиков.
- Курить в присутствии детей

Ребенок не должен быть пассивным курильщиком.



- Предлагать алкоголь и табак детям, не достигшим совершеннолетия.
- Финансировать или давать детям разрешение на действия, которые нельзя проконтролировать.
- Ругать или наказывать ребенка, когда он пьян или находится в наркотическом дурмане.
- Нецензурно выражаться в присутствии ребенка.

- Угрожать ребенку.
- Ждать принудительных мер школы или представителей закона, которые помогут вашим детям вернуться к нормальной жизни.

Быть здоровым — это модно!

Дружно, весело, задорно

Становитесь на зарядку.

Организму — подзарядка!

Знают взрослые и дети

Пользу витаминов этих:

Фрукты, овощи на грядке —

Со здоровьем все в порядке!

Также нужно закаляться,

Контрастным душем обливаться,

Больше бегать и гулять,

Не ленится, в меру спать!

Ну а с вредными привычками

Мы простимся навсегда!

Организм отблагодарит —

Будет самый лучший вид!

АНО ЦСОН «ДОВЕРИЕ»

Памятка

**для родителей по
формированию привычки
к здоровому образу жизни**



г. Волгоград, 2020

Уважаемые папы и мамы!

Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми- помогите им сохранить свое здоровье. Поста-райтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом стали неотъем-лемой частью совмест-ного досуга.

- С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!
- Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!
- Поддерживайте желание участвовать в спортивных



мероприятиях класса и школы!



- Участвуйте в спортивных мероприятиях класса и школы, 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!
- На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!
- Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!

