



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!



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЯСЛИ-САД
КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА № 237
ГОРОДА ДОНЕЦКА»



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

Подготовила: педагог-
психолог
Карпова Д. П.



**ДОНЕЦК
2021**

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!**