

Государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
№21 структурное подразделение «Д/сад № 49»

ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ЗДОРОВО!



Выполнила:

Перхова Н.С., воспитатель

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, будем личным примером, демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущее поколение будет более здорово и развито не только лично, интеллектуально, духовно, но и физически.



Человек может жить до 100 лет. Мы сами своей невоздержанностью, своей беспорядочностью, своим безобразным обращением с собственным организмом сводим этот нормальный срок до гораздо меньшей цифры.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

- С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!- **Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребёнка!**-Поддерживайте желание участвовать в спортивных мероприятиях ДОУ!-**Участвуйте вместе с ребёнком в спортивных праздниках, досугах, организуемых в ДОУ. Это способствует укреплению вашего авторитета в глазах собственного ребёнка!**- Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!-
Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!-
Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!-**Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!**-Совершайте со своим ребёнком прогулки на свежем воздухе всей семьёй, походы и экскурсии!-
Поддерживайте своего ребёнка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!

**СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ – ЗАЛОГ
ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО
РЕБЁНКА!**

Дети дошкольного возраста очень любят выполнять спортивные упражнения в форме игр. Родителям вполне доступно дома, во дворе, на прогулке проводить с детьми такие игры, во время которых дети не только приобретают жизненно важные навыки, но и развиваются физически. Со временем физические упражнения становятся для детей любимой игрой, в которой всё интересно: новые достижения, состязательность игр, а главное – участие родителей. Всякая нагрузка начинает восприниматься легко и с любопытством.



УВАЖАЕМЫЕ МАМЫ И ПАПЫ!

Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми,

помогите им сохранить своё здоровье. Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом стали неотъемлемой частью совместного досуга.



**ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК
СЕГОДНЯ - ЗДОРОВАЯ
НАЦИЯ В БУДУЩЕМ!
ЗДОРОВЬЕ - ЭТО
БУДУЩЕЕ!**

МЫ – ЗА ЗОЖ!



**ЗДОРОВЬЕ - ЭТО ЗДОРОВО!
ЗДОРОВЬЕ БЕСЦЕННО – ОНО
НА ГОДА. КАКИМ ОНО БУДЕТ –
ЗАВИСИТ ОТ ТЕБЯ!**

