

Формирование здорового образа жизни:

- 1. Новый день начинайте с улыбки и с утренней разминки.*
- 2. Соблюдайте режим дня.*
- 3. Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.*
- 4. Любите своего ребенка, он - Ваш. Уважайте членов своей семьи, они - попутчики на вашем пути.*
- 5. Обнимайте ребенка чаще.*
- 6. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания.*
- 7. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.*
- 8. Личный пример по здоровому образу жизни - лучше всякой морали.*
- 9. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.*



МБОУ "СШ №5"

**Памятка
для
родителей**

*«Здоровый образ
жизни детей –
задача*

