***Памятка***

***для родителей по формированию привычки***

***к здоровому образу жизни***

***Уважаемые папы и мамы!***

***Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми, помогите им сохранить свое здоровье. Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом и стали неотъемлемой частью совместного досуга.***

1. С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!
2. Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!
3. Поддерживайте желание участвовать в спортивных мероприятиях детского сада!
4. Участвуйте сами в спортивных мероприятиях, это способствует укреплению вашего авторитета в глазах собственного ребенка!
5. Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!
6. Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!
7. Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!
8. Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!
9. Совершайте со своим ребенком прогулки на свежем воздухе всей семьей, походы и экскурсии!
10. Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!
11. На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!
12. Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!