

Памятка для родителей «Здоровый ребенок – счастье родителей»



«Здоровье ребенка превыше всего, богатство земли не заменит его, здоровье – не купишь, никто не продаст, его берегите, как сердце, как глаз»

Правила ЗОЖ в семье

- 1. Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.**
- 2. Соблюдайте режим дня.**
- 3. Любите ребенка – он ваш и самый лучший!**
- 4. Личный пример по ЗОЖ – лучше всякой морали.**
- 5. Простая пища – полезнее, чем искусные яства.**
- 6. Лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.**
- 7. Совместная игра с родителями – лучший отдых для ребенка.**
- 8. Солнце, воздух и вода – естественные факторы закаливания.**



**МБДОУ Д/С 13
«Теремок»
Группа № 9
«Знайки»
Воспитатели: Е.А.
Бортник,
И.В. Гнилевская**