***Как воспитать в семье привычку 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 стали неотъемлемой частью совместного досуга.

* *С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!*
* *Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!*
* *Поддерживайте желание ребёнка участвовать в спортивных мероприятиях детского сада, а в последствии, класса и школы!*
* *Вместе с ребёнком участвуйте в этих спортивных мероприятиях, 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 по свежему воздуху всей семьей, походы и экскурсии!*
* *Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!*
* *На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!*
* *Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!*

**Спортивные люди – они так красивы!**

**В них столько энергии, бодрости, силы.**

**Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?**

**Лишь спорт тебе в этом отлично поможет!**

**Здоровье усилит, успехов прибавит.**

**От скуки, безделья тебя он избавит.**

**Поверь ты в себя и добейся высот.**

**О чём ты мечтал, даст тебе только спорт!**