**Как сохранить здоровье ребёнка?**

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!

1. Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!

2. Поддерживайте желание участвовать в спортивных мероприятиях класса и школы!

3. Участвуйте в спортивных мероприятиях класса и школы, это способствует укреплению вашего авторитета в глазах собственного ребенка!

4. Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!

5. Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!

6. Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!

7. Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!

8. Совершайте со своим ребенком прогулки по свежему воздуху всей семьей, походы и экскурсии!

9. Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!

10. На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!

11. Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!