

## Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у своих детей

- новый день начинается с улыбки и утренней разминки
- соблюдайте режим дня
- помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора
- личный пример – лучше всякой морали
- не бывает плохих детей, бывают плохие поступки
- используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух и воду.



