

**Подготовили воспитатели: Русяева И.С. Кияева Т.Н.**

**Если вы желаете здоровья своим детям, необходимо перестроить уклад семьи на принципах ЗОЖ:**

**- живите в определённом режиме труда, отдыха питания;**

**- начинайте день с утренней зарядки;**

**- бросьте курить, объясняя детям, что это вредит здоровью;**

**- оставьте за порогом своего дома недовольство ценами, правительством, руководством, неудачами и плохим самочувствием;**

**- не становитесь рабами телевидения, найдите время для общения с природой;**

**- имейте сильную волю, чтобы приобрести сильные привычки.**



**Если вы желаете видеть своего ребёнка трудолюбивым, то придерживайтесь правил:**

- **никогда не лишайте своих детей участия в семейных делах;**

**- никогда не проявляйте непочтения, не говорите плохо о поступках членов вашей семьи, морально поощряйте трудовые усилия каждого;**

**- никогда не выносите сор из избы;**

**- никогда не делите труд в семье на мужской и женский.**



**Если вы желаете видеть своих детей способными создать крепкую семью, то:**

**- будьте выдержанными и спокойными в кругу своей семьи;**

**- уделяйте своим детям максимум внимания в свободное время, интересуйтесь их делами, сопереживайте им;**

**- с уважением относитесь к супругу (супруге), возвышайте культ женщины –матери, мужчины –отца.**



**Если вы хотите видеть своих детей незакомплексованными в общении, культурными, то:**

**- относитесь со всей серьёзностью к работе педагогов.**

**Очень хорошо, если у вашего ребёнка есть своё хобби;**

**- не жалейте времени и средств для культурного совместного отдыха;**

**-находите время читать сами и приобщайте детей к миру литературы.**



**Если вы не хотите видеть своих детей беспринципными, циничными, отравляющими жизнь себе и другим, то:**

**- не разрешайте себе заниматься в присутствии детей сплетнями, критиканством по отношению к другим людям: родственников, знакомых, клиентов, воспитателей;**

**- если к воспитателю есть претензии, то с ними надо идти прямо к нему.**

**Вы желаете, чтобы ваш ребёнок вырос добрым, внимательным, готовым поддержать вас – вам нужно самим уделять максимум внимания своим родителям.**

****