

ЗАПОВЕДИ

здорового образа жизни для родителей:

Витаминизация;
Закаливание;
Соблюдение режима дня, зарядка;
Организация дома спортивного уголка;
Соблюдение санитарно-гигиенических норм;
Профилактика табакокурения, наркомании;
Обеспечение участия детей в спортивных мероприятиях, секциях и т.д.;
В выходные дни – активный образ жизни;
Сбалансированное питание детей.

