

# Поради батькам щодо фізичного виховання дітей

- \* щоденно разом із дітьми виконуйте ранкову гімнастику,*
- \* здійснюйте загартовуючі процедури; виходьте на прогулянки;*
- \* залучайте дітей до виконання основних рухів - вправляйте в ходьбі, бігу, стрибках, повзанні, лазінні, рівновазі, вправах із м'ячем;*
- \* разом з дітьми здійснюйте пішохідні прогулянки, туристичні походи; грайте в рухливі, спортивні ігри;*
- \* облаштуйте в квартирі спортивний куточок;*
- \* катайтеся разом з дітьми на велосипедах, роликах; грайте у бадмінтон, теніс, футбол, баскетбол, з м'ячем; плигайте на скакалці; плавайте та грайте на воді;*
- \* беріть участь разом з дітьми у проведенні свят, розваг, днів здоров'я, зборах, конференціях, лекціях з питань здоров'я, фізичного виховання дітей, організованих у дошкільному закладі.*