

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

<p>1. Если вы желаете здоровья своим детям, необходимо перестроить уклад семьи на принципах ЗОЖ:</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Живите в определенном режиме труда, отдыха, питания;</li><li>- начинайте день с утренней зарядки (не менее 30 мин);</li><li>- бросьте курить, объясняя своим детям, что это форма самоубийства;</li><li>- оставьте за порогом своего дома недовольство ценами, правительством, руководством, неудачами и плохим самочувствием:- не становитесь рабами телевидения, особенно в выходные дни, найдите время для общения с природой; - имейте сильную волю, чтобы приобрести сильные привычки.</li></ul>
<p>2. Если вы желаете видеть своего ребенка трудолюбивым, то придерживайтесь правил:</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- никогда не лишайте своих детей участия в семейных трудовых делах:</li><li>- никогда не проявляйте непочтения, не говорите плохо о поступках членов вашей семьи, морально поощряйте трудовые усилия каждого;</li><li>- никогда не выносите сор из избы;</li><li>- никогда не делите труд в семье на мужской и женский.</li></ul>
<p>3. Если вы желаете видеть своих детей способными создать крепкую семью, то:</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- будьте выдержанными и спокойными в кругу своей семьи:</li><li>- уделяйте своим детям максимум внимания в свободное время, интересуйтесь их делами, сопереживайте им;</li><li>- с уважением относитесь к мужу (жене), возвышайте культ женщины - матери, мужчины - отца.</li></ul>

<p>4. Если вы хотите видеть своих детей незакомплексованными в общении, культурными, то:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- относитесь со всей серьезностью к работе школьных педагогов, не допускайте, чтобы ваши дети пропускали школу;</li> <li>- очень хорошо, если у вашего ребенка есть свое хобби;</li> <li>- не жалейте времени и средств для культурного совместного отдыха;</li> <li>- находите время читать сами и приобщайте детей к миру литературы.</li> </ul>
<p>5. Если вы не хотите видеть своих детей беспринципными, циничными, отравляющими жизнь себе и другим, то:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- не разрешайте себе заниматься в присутствии детей сплетнями, критиканством по адресу своих родственников, знакомых, клиентов, учителей;</li> <li>- к учителю могут быть претензии, но с ними надо идти прямо к нему.</li> </ul>
<p>6. Вы желаете, чтобы ваш ребенок вырос добрым, внимательным, готовым поддержать вас - вам нужно самим уделять максимум внимания своим родителям.</p>	