**«Рекомендации для родителей по формированию здорового образа жизни через художественную литературу»**

Задайте себе вопрос, что вы считаете самым главным для своего ребенка? В большинстве ответят – здоровье.

Формируя здоровый образ жизни ребенка, семья должна привить ребенку следующие основные знания, умения и потребности:

- знание правил личной гигиены помещений, одежды, обуви и др.;

- потребность строго соблюдать режим дня;

- умение анализировать опасные ситуации, прогнозировать последствия и находить выход из них;

- умение взаимодействовать с окружающей средой, понимать, при каких условиях среда обитания (дом, класс, улица, дорога, лес) безопасна для жизни.

Так вот формируя здоровый образ жизни ребенка не нужно забывать о книгах. Рекомендую прочесть детям стихотворение А. Барто «Девочка чумазая» оно вызывает желание малышей умываться и мыть руки с мылом, С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала» поможет побороть плохой аппетит, стихотворение С. Михалкова «Про мимозу» расскажет о необходимости закаливания. Не забываем обсуждать с ребенком прочитанное !

![91315e498e9e[1].jpg]()