



Растим малыша здоровым!

В понятие «здоровье» ребёнка мы вкладываем физический аспект и психологическое состояние ребёнка, а также его эмоциональный настрой. Здоровый ребёнок гармонично развивается, его организм справляется с вредными факторами окружающей среды и противостоит болезням.

Здоровый ребёнок жизнерадостен, активен, хорошо ест, с удовольствием играет, доброжелателен и не доставляет родителям никаких хлопот. Когда он не голоден и у него ничего не болит, он выглядит и ведёт себя, как абсолютно здоровый, счастливый малыш.

Формированием личности ребёнка нужно заниматься с раннего детства.

Чтобы ребёнок быстро развивался и рос здоровым, нужно соблюдать немало правил.

Детская Академия Развития заботится о своих воспитанниках и предлагает родителям несколько полезных советов:

- следить за режимом дня ребёнка с самого рождения;
- организовать ежедневные физические нагрузки, активные прогулки, занятия спортом;
- обеспечить полноценное правильное питание;
- закаливать малыша, одевать по погоде;
- создать комфортные условия для сна и отдыха;
- приучить к здоровому образу жизни и ежедневной гигиене;
- создать благоприятную, доброжелательную семейную атмосферу;
- развивать когнитивные и коммуникативные способности;
- много общаться;
- учить всему не на словах, а на собственном примере;

*Здоровый ребёнок- залог
будущего!!!!*

