

**1. Если вы желаете здоровья своим детям, необходимо перестроить уклад семьи на принципах здорового образа жизни:**

живите в определенном режиме труда, отдыха, питания;  
начинайте день с утренней зарядки;  
бросьте курить, объясняя своим детям, что это форма самоубийства;  
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.

**2. Если вы желаете видеть своего ребенка трудолюбивым, то придерживайтесь правил:**

никогда не лишайте своих детей участия в семейных трудовых делах;  
никогда не проявляйте непочтения, не говорите плохо о поступках членов вашей семьи, морально поощряйте трудовые усилия каждого;  
никогда не выносите сор из избы;  
никогда не делите труд в семье на мужской и женский.

**3. Если вы желаете видеть своих детей способными создать крепкую семью, то:**

будьте выдержанными и спокойными в кругу своей семьи;  
уделяйте своим детям максимум внимания в свободное время, интересуйтесь их делами, сопереживайте им;  
с уважением относитесь к мужу (жене), возвышайте культ женщины - матери, мужчины - отца.

**4. Если вы хотите видеть своих детей незакомплексованными в общении, культурными, то:**

относитесь со всей серьезностью к работе школьных педагогов, не допускайте, чтобы ваши дети пропускали школу;  
очень хорошо, если у вашего ребенка есть свое хобби;  
не жалеете времени и средств для культурного совместного отдыха;  
находите время читать сами и приобщайте детей к миру литературы.

**5. Если вы не хотите видеть своих детей беспринципными, циничными, отравляющими жизнь себе и другим, то:**

не разрешайте себе заниматься в присутствии детей сплетнями, критиканством по адресу своих родственников, знакомых, клиентов, учителей;  
к учителю могут быть претензии, но с ними надо идти прямо к нему.

**6. Вы желаете, чтобы ваш ребенок вырос добрым, внимательным, готовым поддержать вас - вам нужно самим уделять максимум внимания своим родителям.**



## Советы родителям

