**Чернышев Лев, 4 года**

**Наставник: воспитатель В.А. Дягиль**

 ***Номинация «Конкурс семейных фотоплакатов «Здоровье – это здорово!»***

**Тема: « Семейный поход в Богатырские пещеры»**

 Все начинается в семье. Первые шаги, первые слова, первые полезные и вредные привычки и поступки.

Наша семья большая и дружная. Это - мама, папа, сестренка Ева и младший братик Лука. Льву четыре года. Главное в нашей семье - здоровый образ жизни. У нас есть такое правило – о здоровье необходимо заботиться уже с раннего детства. Это правило, мы стараемся применять к своей семье. Учим детей играть в футбол, теннис, заниматься гимнастикой. Приучаем к подвижному и здоровому образу жизни. В летний период и не только мы часто ходим в походы, на долгие прогулки на природу, ездим на рыбалку, на морское побережье, в горы, не смотря на погодные условия и то, что третий ребенок родился в декабре 2017г. На прогулках, в походах развиваем в детях такие качества как выносливость, ловкость, физическую активность.

Большое внимание мы уделяем здоровой пище. В нашей семье не едят ФАСТ ФУДЫ. Мы приучаем детей к здоровому национальному питанию.

В нашей семье есть свои добрые традиции, учим детей любить и беречь природу, видеть красоту нашего края, заботиться о животных.

 На фотографии - Лев, папа - Евгений Алексеевич и младшая дочь Ева. Это мы в походе в Богатырские пещеры.

 Хотим добавить, что у здорового человека здоровое будущее. Если все будут, хоть немного заботиться о себе, об окружающих людях, тогда и страна будет здоровой. Крепкая здоровая семья – это здоровое будущее.