

## **Баланың дамуы және денсаулығына әсері**

### **Медбикенің ата-аналарға кеңесі:**

- \*Баланың денсаулығы оның дұрыс өсуі мен дамуына тікелей әсер етеді.
- \*Күнделікті дұрыс тамақтану баланың иммунитетін күшейтеді.
- \*Уақытылы ұйқы баланың есте сақтау қабілеті мен белсенділігін арттырады.
- \*Таза ауада серуендеу ағзаны шынықтырып,тәбетті ашады.
- \*Жеке бас тазалығын сақтау түрлі аурулардың алдын алады.
- \*Дене жаттығулары мен қимылды ойындар баланың денесін дамытады.
- \*Телефон мен теледидарды ұзақ қарау көзге және жүйкеге зиян келтіреді.
- \*Баланы уақытылы дәрігерлік тексеруден өткізу маңызды.
- \*Витаминге бай тағамдар баланың бойының өсуіне пайдалы.
- \*Отбасындағы жылы қарым-қатынас баланың психологиялық дамуына әсер етеді.

### **Медбике кеңесі:**

Бала дені сау болып өсуі үшін күн тәртібін сақтап,дұрыс күтім жасау қажет.Ата-ананың мейірімі мен қамқорлығы-баланың басты қажеттілігі.