

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ

Физкультурно-оздоровительную деятельность с детьми третьего года жизни важно организовывать на положительном эмоциональном фоне.

Прежде всего, необходимо:

- 1. Создавать эмоциональный комфорт: доброе отношение, ласковый тон.*
- 3. В условиях семьи рекомендуется использовать следующие физкультурно-оздоровительные элементы:*
 - утреннюю гимнастику;*
 - хороводные игры-забавы;*
 - подвижные игры;*
 - спортивно-развлекательные игровые комплексы;*
 - гимнастику для глаз;*
 - элементы самомассажа;*
 - закаливающие процедуры (с учетом здоровья детей);*
 - ароматерапию, фитотерапию, витаминотерапию, аэроионотерапию (по назначению врача).*