***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.

**2**. Стимулировать желание заниматься двигательной деятельностью, обеспечивать достаточную страховку.

**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,