

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

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, фитонцидотерапию, витаминотерапию, аэроионотерапию (по назначению врача).