**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**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.

