**КОНСУЛЬТАЦИЯ**

**На тему: «Оздоровление детей»**



Физкультурно-оздоровительную деятельность с детьми дошкольного возраста 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.