

# **Памятка для воспитателей по оздоровлению детей**

**Физкультурно-оздоровительную деятельность с детьми важно организовывать на положительном эмоциональном фоне.**

**Прежде всего, необходимо:**

- 1. Создавать эмоциональный комфорт: добреое отношение, ласковый тон.**
- 2. Стимулировать желание заниматься двигательной деятельностью, обеспечивать достаточную страховку.**
- 3. Рекомендуется использовать следующие физкультурно-оздоровительные мероприятия:**
  - утреннюю гимнастику;**
  - хороводные игры-забавы;**
  - подвижные игры;**
  - спортивно-развлекательные игровые комплексы;**
  - гимнастику для глаз;**
  - дыхательную гимнастику;**
  - элементы самомассажа;**
  - закаливающие процедуры (с учетом здоровья детей);**
  - ароматерапию, фитотерапию, витаминотерапию.**