Это важно знать!



К занятиям на оздоровительных тренажёрах допускаются практически все дети, посещающие ДОУ.

*Абсолютными противопоказаниями для занятий с использованием тренажёров являются:*

* Хронические и острые заболевания почек, органов дыхания.
* Большинство пороков сердца, значительная близорукость с изменением глазного дна.

**Методические требования к проведению занятий.**

* Допуск к занятиям только после определения здоровья детей и уровня их функциональной и физической подготовленности.
* Определение оптимального объема физической нагрузки и ее распределение с учетом состояния здоровья детей.
* Индивидуально – дифференцированный подход к детям с учетом уровня их двигательной активности и вышеперечисленных критериев.