

Закаливание-путь к здоровью

ЛЕТО - замечательное время года! Можно играть на воздухе, закаляться, в полной мере используя неисчерпаемые возможности природных факторов: свежего воздуха, солнечных лучей и воды.





Воспитанники детского сада с удовольствием принимают в погожие летние деньки воздушные и солнечные ванны. Радуются солнцу и соблюдают правила закаливания. Правильное закаливание детей в летний период – очень важно для их здоровья в последующее холодное время года. Независимо от возраста, хорошо закаленный летом ребенок отлично адаптируется в зимний период к вирусным инфекциям. Закаливание делает его сильным, крепким, а его физическое развитие более гармоничным.

Будьте здоровы!