***«Закаливание»***

Здоровый образ жизни: этот вопрос актуальный, поэтому, как и все родители, мы – педагоги, хотим, чтобы наши детки не болели, год от года становились здоровее, сильнее, выносливее, чтобы вырастали и входили в большую жизнь не только воспитанными и образованными, но и здоровыми. Что же нужно, чтобы ребенок рос здоровым? Один из главных факторов - это закаливание. Под влиянием закаливающих процедур у детей укрепляется сердце, улучшается деятельность органов дыхания, нервной системы, обмена веществ. Поэтому с самого раннего возраста в группе «Семицветик» регулярно и систематически выполняют гигиенические процедуры, утреннюю зарядку, хождение босиком по массажным коврикам, умываются и моют руки прохладной водой, массаж рукавичками. Родители своими руками изготовили для деток рукавички -массажерики!

 Автор: Тонконогова М.А.

Воспитатель

