

Если хочешь быть здоров – закаляйся!!!

Солнце, воздух и вода –
Наши лучшие друзья.
С ними будем мы дружить,
Чтоб здоровыми нам быть!

Лето – замечательное время года! Можно целый день проводить на улице, в полной мере используя неисчерпаемые возможности природных факторов: свежего воздуха, солнечных лучей и воды.

Лето в этом году бьет все температурные рекорды. Жаркая погода стоит на протяжении двух недель, что очень радует дошколят.

Каждый день ребята нашего детского сада закаляются, получая комплекс процедур, нацеленных на укрепление иммунной системы организма: солнечные и

воздушные ванны. Дети играют на свежем воздухе с голым торсом, загорают на солнышке, бегают босиком с соблюдением всех необходимых правил безопасности. Перед тем как снять обувь ребята группы «Лисята» осматривают участок, убирая мусор и камни. Только затем они могут походить босиком. Время, проведенное на солнышке, чередуют с пребыванием в тени.



Девочки очень любят, расстилать покрывала и нежиться на солнышке.

Ну а мальчишки устраивают водные битвы, обливая всех вокруг из своих водных пистолетов.



Каждый день проходит весело, интересно, а главное с пользой для здоровья!!!

*Информацию подготовила воспитатель:
Лышко С. С.*