Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

Опубликовано: Четверг, 02 июля 2020, 10:24

Очень важным в сохранении и укреплении здоровья детей является закаливание. В результате закаливания ребенок становится менее восприимчивым не только к резким изменениям температуры и простудным заболеваниям, но и к другим инфекционным болезням. Закаленные дети обладают хорошим здоровьем, аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, жизнерадостностью, высокой работоспособностью. Однако всех этих результатов можно добиться лишь при правильном выполнении закаливающих процедур. Лучшими средствами закаливания являются естественные силы природы: воздух, солнце и вода. Фото

Phoca PDF