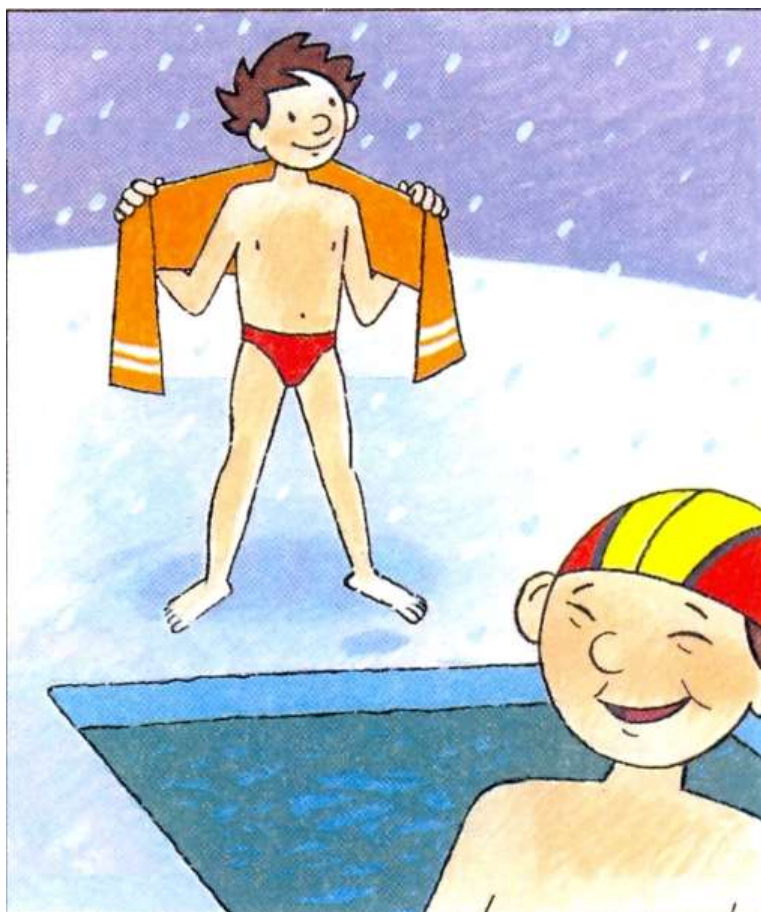


Закаливание во второй младшей группе



Цель закаливания – приучить организм ребёнка давать быструю чёткую реакцию на изменение метеорологических раздражителей.

Подготовила:
воспитатель Короткова Л.А.

Нижегородская область
г. Дзержинск
2020

Основные факторы закаливания - природные и доступные: солнце, воздух и вода.

Закаливающие мероприятия

Проветривание помещения



Физкультминутка, физкультурное занятие – 2 раза в неделю.



Воздушные ванны.



Игры с водой.



Дорожки здоровья (хождение босиком).



Обтирание, обливание, контрастное обливание.



Рациональная одежда.



Занимайтесь профилактикой!