**20 июня** в МДОУ Глебовском детском саду прошёл тематический

День здоровья **«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»**

Закаливание является эффективным способом оздоровления детей, многие из видов закаливания применяются в нашем детском саду, включены в режимные моменты, являются частью физкультурных занятий.

В течение дня ребята вспомнили все ***традиционные виды закаливания, которые используются в нашем детском саду:***

-утренний прием на свежем воздухе, гимнастика

-оздоровительная прогулка

-воздушные ванны

-воздушные ванны с упражнениями

-сон с доступом свежего воздуха

-умывание в течение дня прохладной водой

-полоскание рта прохладной водой

-хождение босиком до и после дневного сна

-хождение босиком по «дорожке здоровья»

-(массажные коврики) после дневного сна

-солнечные ванны

В конце дня воспитатели в очередной раз рассказали родителям о пользе закаливания, о работе, проводимой по этому вопросу в детском саду и вручили памятки «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью!», в которых подробно рассказывается о способах закаливания детей.

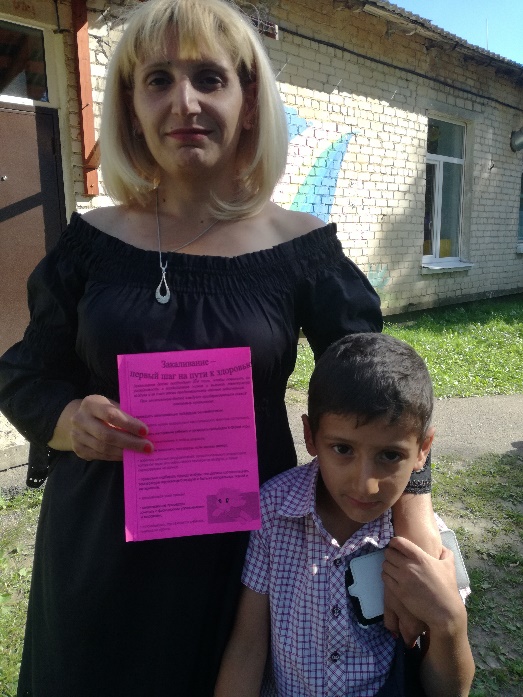
Солнечные ванны

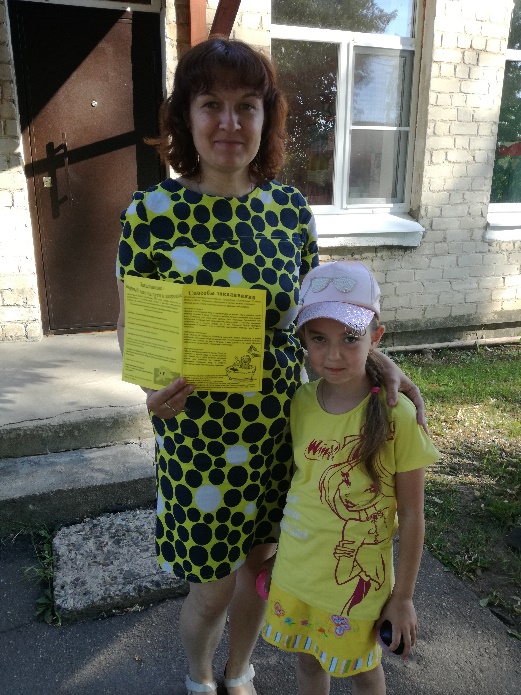
Прохладные ванночки для ног

Полоскание рта прохладной водой



Родителям вручили памятки о пользе закаливания

**«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ – ЗАКАЛЯЙСЯ!»**