**Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!**

Закаливающие процедуры в летний период влияют на здоровье малышей.

Во – первых, – это солнечные и воздушные ванны. В прохладное время дети находятся в облегчённой одежде, а в тёплое время в трусиках.

Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе

Руки вверх, руки вниз

На зарядку собрались

Больше воздуха вдыхай –

Пылесосу подражай.



Участие детей в совместных подвижных играх на свежем воздухе:

Подвижная игра: «Солнышко и дождик».

Солнце детям улыбнулось

Пригласило нас гулять

Мы панамочки надели

Стали бегать и играть

Но оказия случилась –

Ветер тучи вдруг нагнал

И решили они плакать

Дождик сразу нас догнал

Дети, дети поспешите,

И под зонтик все бегите!





Обливание водой после прогулки – ещё один вид закаливания.

Принимаем душ прохладный -

Нам водица не страшна,

Ведь недаром говорят –

Закаляет нас она.



После сна хорошо применять дорожку здоровья для массажа ступней, как известно, многие акупунктурные точки находятся на ступне и благоприятно влияют на общий тонус и здоровье детских органов.

По дорожке мы идём,

По массажной мы идём -

Наши ножки разминаем

И потешки повторяем.



В детском саду прошло развлечение, где дети познакомились с Доктором Айболитом.

Добрый доктор Айболит

Про здоровье говорит.

Просит деток не бояться

С малых лет всем закаляться.



В уголке родителей мы разместили советы и консультации для родителей на летний период:

- «Питание в летний период»;

- «Влияние игр с водой и песком на здоровье детей»;

- «Безопасность в доме»;

- «Если вас укусила пчела».

Здравствуй, лето!

Здравствуй, лето!

Раздавай свои советы.



Воспитатели: Гладких В.Л. Герасимова А.А.