

ЛЕТО – замечательное время года! Можно играть на воздухе, **закаляться**, в полной мере используя неисчерпаемые возможности природных факторов: свежего воздуха, солнечных лучей и воды.

Закаливание не лечит, а предупреждает болезнь, и в этом его важнейшая профилактическая роль. **Закаливать своего ребенка**, значит не только дать возможность избежать в дальнейшем ему простудных заболеваний, но и значительно укрепить иммунитет. Наиглавнейшие помощники в этом деле естественные факторы окружающей среды – вода, воздух и солнечные лучи. **Абсолютных противопоказаний к закаливанию нет**

.

Первая неделя июля выдалась очень жаркой. Воспитанники с удовольствием принимали солнечные и водные процедуры.

