

Государственное образовательное дошкольное учреждение
Детский сад № 52 Приморского района Санкт-Петербурга

Консультация для родителей
«Закаливание детей второго раннего возраста в
летний период»

Беккер Наталья Алексеевна



**Лето - самая
благодатная пора
для закаливания
организма.**

Если правильно
провести лето с
ребенком, то зимой он
будет меньше болеть.

Самое главное, что
для этого летние
месяцы полноценно
отдохнуть. Во время
отдыха ребенок
должен максимально
расслабиться.



Медицинская статистика

Неспокойная
обстановка в семье
создает
психологические
проблемы и зажимы у
ребенка, что
способствует
ослаблению
противостояния
организма атаке
различных инфекций.



Прогулки на свежем воздухе

Гулять для здоровья
летом можно с ребенком
хоть целый день. При
этом полезнее
побродить по саду или
лесу, а лучше всего по
побережью. На берегу
реки или моря можно
вдоволь запасть
полезными ионами,
которые благоприятно
влияют на весь
организм.



Талассотерапия

Талассотерапия -
идеальная лечебная
процедура для
укрепления иммунитета
малышей.

Ребенок бегает по
побережью по
щиколотку в воде, а
омывающие его ноги
волны закаливают его
организм.



Купание в водоемах

Очень действенный способ закаливания — купание в водоемах под открытым небом.

В этом случае совмещаются все факторы закаливания — солнце, воздух и вода.



Спасибо за внимание!

