

## *Закаливание*

Одним из направлений оздоровления детей дошкольного возраста в полной мере можно считать занятия в бассейне, где решаются не только образовательные и воспитательные задачи, но и оздоровительные задачи, такие как закаливание организма и укрепление здоровья. Основные принципы закаливания – постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени проведения процедуры. Закаливание должно проходить на фоне положительных эмоций.

