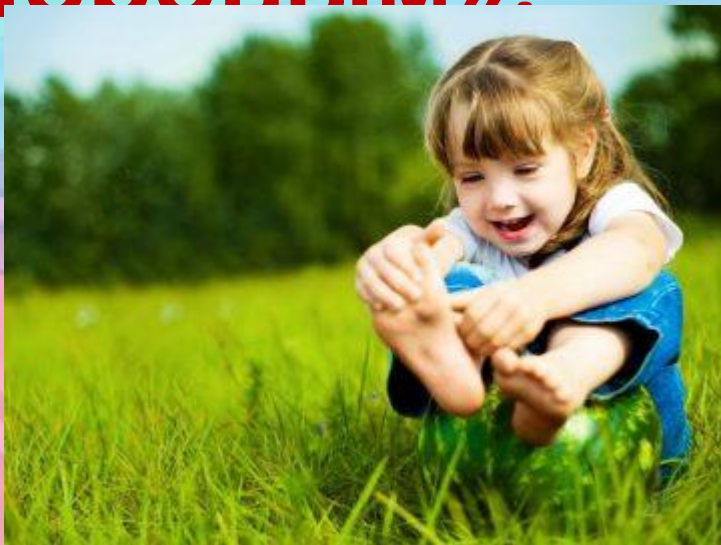




**«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».**



**Кан -Жак Руссо**

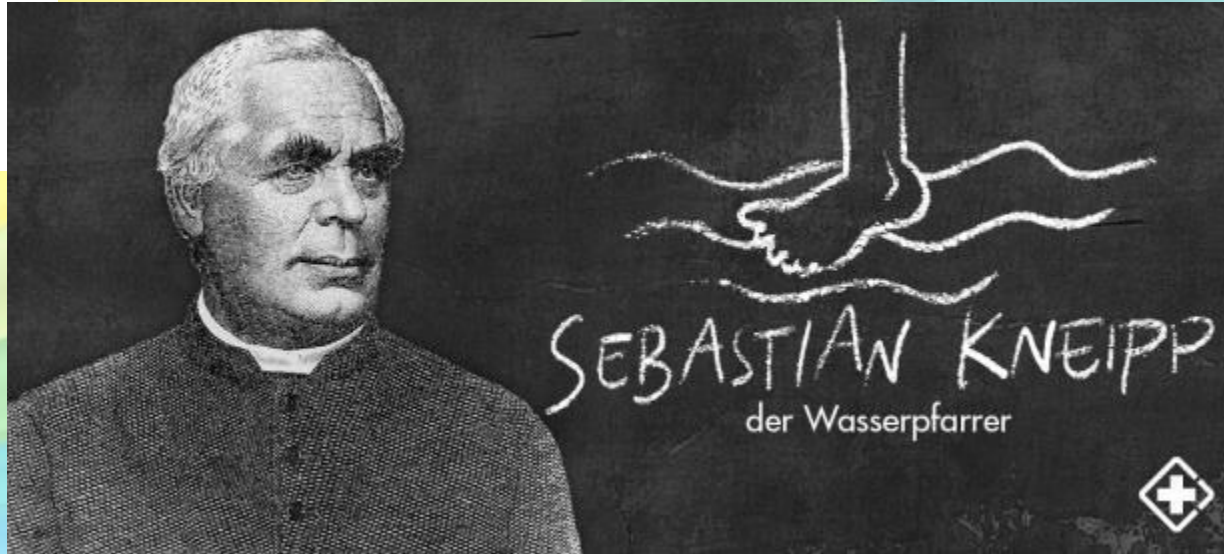






# **«Барефутинг - разумное хождение босиком!!!»**





**«Каждый шаг босиком – лишняя минута  
ЖИЗНИ»**















# ПРАВИЛА ЗАКАЛИВАНИЯ

Первые 3-5 дней закаливающую процедуру осуществляли в носочках, затем дети ходили босиком по 3-4 минуты, каждый день прибавляла по 1 минуте, доводя до 10 минут.







**СПАСИБО  
ЗА ВАШЕ  
ВНИМАНИЕ**