



# Сохранение и укрепления здоровья воспитанников. Повышение индекса здоровья





- Цель: способствовать организму быстро изменять работу органов и систем связи с постоянно меняющейся средой.  
Способность организма приспосабливаться к определенным условиям внешней среды, вырабатываемым многократным повторением воздействия того или иного фактора (тепло, холодно).



- Цель: помочь детям снять сонное состояние. Пробудить его в интересной форме, способствовать укреплению здоровья детей через оздоровительные, закаливающие мероприятия. Усилить деятельность всех органов и систем организма







