

Закаливание младшего школьника: «ХОДЬБА БОСИКОМ»



Хождение босиком не только закаливает, но и действует благотворно на сосуды, сердце и другие органы.



Этот метод лечит не хуже точечного массажа.



Конечно же, мы не можем полностью отказаться от обуви, просто нужно уметь использовать любую возможность закаливания организма с помощью такого эффективного средства, как хождение босиком.

