

### Соляная дорожка в детском саду

Использование соляной дорожки после дневного сна — это отличный способ закаливания и укрепления иммунной системы. Соль помогает улучшить кровообращение и обладает противовоспалительными свойствами. После соляной дорожки переход на сухую и колючую дорожки также имеет свои плюсы. Сухая дорожка может улучшить ощущения от прогулки, а колючая, например, из гальки или специального коврика, активизирует рефлекс стопы, что благоприятно влияет на здоровье и помогает развивать координацию движений. Такие процедуры действительно способствуют укреплению здоровья детей, повышают их выносливость и закаляют организм.

