**Стихи про закаливание**  
  
Закаливать свой организм нужно с самого детства. Поэтому детей надо приучать к закаливанию. А сделать это мы предлагаем при помощи стихов про закаливание. Стихи для детей в детском саду и для дошкольников. Прочитав их, каждый ребенок поймет истинный смысл закаливания и будет укреплять свой организм.

Что б начать закаляться,  
Водой холодной надо обливаться.  
И тогда болеть не будешь ты,  
И всегда здоровым будешь ты!  
  
  
  
Организм свой надо укреплять,  
А еще лучше закалять.  
Поможет вам в этом зарядка,  
И холодной воды ушанка.  
  
  
  
Мы на солнце загораем,  
Организм свой закаляем.  
Лучи солнца шлют тепло,  
И свое лечебное добро.  
  
  
  
Чтобы быстрым, крепким быть,  
Нужно спорт полюбить.  
Что б здоровым оставаться,  
Водою нужно закаляться!  
  
  
  
В детстве кашлял я всегда,  
Постоянно болела голова.  
Часто по врачам ходил,  
И таблетки одни пил.  
А теперь здоровый я,  
Быстро вылечился я.  
Стал водою закаляться,  
И с болезнями прощаться!  
  
  
  
В детстве часто я болел,  
И всегда таблетки ел.  
А потом стал я закаляться,  
Водой холодной обливаться.  
И сразу стал здоровым я,  
Счастлива вся моя семья!  
  
  
  
Вы почаще закаляйтесь,  
И болезням не поддавайтесь.  
Чтоб здоровыми быть,  
И до ста лет дожить.