

## Игры на свежем воздухе

Вспомните себя в детстве. Как здорово было проводить время на свежем воздухе! В ежедневном плане прогулок всегда включены подвижные игры, дидактические, сюжетно-ролевые. А ведь игры на улице являются не просто приятным времяпрепровождением, а они благоприятно влияют на физическое и умственное развитие. Любой педиатр скажет, что игры на прогулке способствуют укреплению иммунитета и повышению устойчивости к простудным заболеваниям. А также эти игры позволяют почувствовать себя свободными, снять напряжение, выплеснуть переполняющую энергию и, конечно, "нагулять аппетит".





