

Физкультура на свежем воздухе



Занятия на свежем воздухе увеличивают активность детей, улучшают их настроение. Такой формат занятий имеет максимально оздоровительный эффект, позволяет выполнять движения на большом пространстве, усиливает физическую нагрузку, предоставляет широкие возможности для проведения спортивных игр.



Свежий воздух закаляет организм, повышает сопротивляемость простудным заболеваниям.

Воспитанники детского сада с удовольствием занимаются физкультурой на свежем воздухе. Ведь это не только весело, но и очень полезно!

