

ЗИМНИЕ ПРОГУЛКИ

Зимние прогулки полезны для здоровья. Морозный воздух более насыщен кислородом, чем летний, а также избавлен от болезнетворных бактерий. Происходит укрепление иммунитета и закаливание организма.

Прогулки зимой – это хорошая возможность способствовать ознакомлению детей с окружающим миром, природными явлениями, активно и весело провести время.

Во время прогулки можно покормить птиц, рассмотреть следы на снегу, понаблюдать за занятиями окружающих. Рассмотреть форму снежинок, исследовать свойства снега (липкий, рыхлый, хрупкий, твердый). Поиграть в подвижные игры.

Только зимой можно покататься со снежной горки, слепить снеговика, поиграть в снежки и, просто, поваляться в сугробе.

