

На прогулке

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития детей. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.



**Детки в садике живут,
Здесь играют и поют,
Здесь друзей себе находят,
На прогулку с ними ходят.**



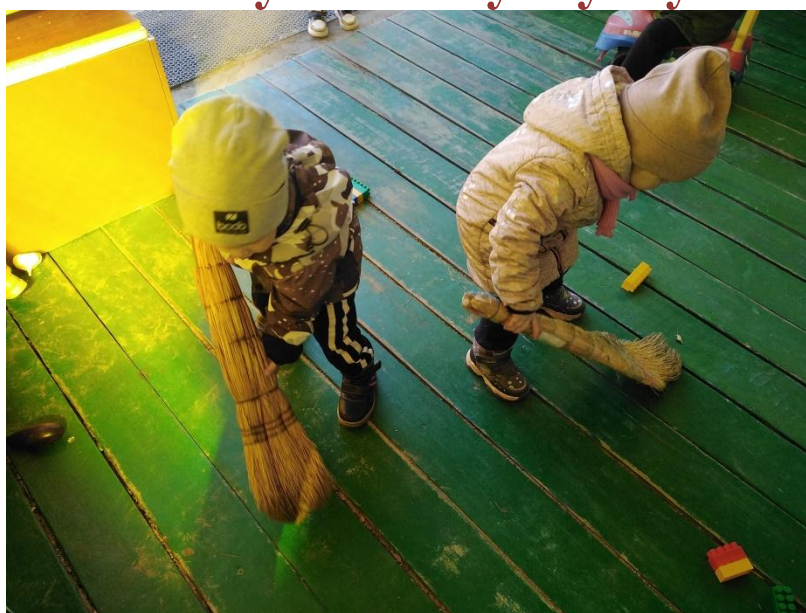
**В машине, в машине
Шофер сидит.
Машина, машина
Идет, гудит.**



**Улыбается водитель:
– Проходите! Проходите!
У окошка место есть,
Не желаете присесть?
Мы объедем целый свет!
Вы садитесь или нет?**



**Есть у нас с дружкой забота -
Много сора на полу:
Будет венику работа,
Не скучать ему в углу!**



**Разбегаюсь, шар бросаю.
Точно в кегли попадаю.
Упражнялась я не даром!
Сбила всех одним ударом!**



**Песочница, песочница!
А в ней песок, песок.
Песочница, песочница!
Идем играть, дружок.**



**Информацию подготовила
Фальковских Анна Анатольевна**