

## Подвижные игры

Что дети любят больше всего? Конечно же, играть!

Значение подвижных игр для детей сложно переоценить, так как это прекрасная возможность помочь ребенку развиваться гармонично.

Игра органически присуща детскому возрасту и является ведущим типом деятельности, а при умелом руководстве со стороны взрослых она способна творить чудеса.

Главное, что увлекательные и веселые игры развивают у девочек и мальчиков, как физическое здоровье, так и их интеллектуальные способности, так сказать воздействуют на детей на физическом, умственном, социальном и эмоциональном уровне.

У подвижного ребенка, как правило, хороший аппетит, крепкий сон, ровное, веселое настроение, он более ловкий и выносливый. Движения не только укрепляют опорно-двигательный аппарат, развивают моторику и координацию, они обеспечивают непрерывный синтез белковых соединений в мышцах, способствуя нормальному росту.





6 февр. 2019 г.



6 февр. 2019 г.