

## Aktywnie i słonecznie w Jedyńeczce



Niezależnie od pogody, warto zachęcać najmłodszych do spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Hartuje to organizm, zwiększa odporność i wzmacnia mentalność naszych maluchów. Wiadomo, że ciepła wiosna i gorące lato bardziej zachęcają do wychodzenia na podwórkę. Świejące słońce, przyjemne podmuchy wiatru i kwitnąca przyroda wytwarzają wśród najmłodszych pozytywną energię i radość. Właśnie dlatego warto częściej spędzać czas na zewnątrz, szczególnie kiedy pogoda za oknem temu sprzyja. W Przedszkolu Publicznym Nr 1 w Ozimku zabawa przedszkolaków na

świeżym powietrzu sprawia, że dzieci są bardziej szczęśliwe, wzmacniają swoje kości i odporność organizmu. Ruch i aktywność fizyczna wydziela endorfiny. Słońce sprawia, że dzieci są uśmiechnięte, pełne energii i radości.