

# Ruch to zdrowie

Spacery, zabawy na świeżym powietrzu, zabawy ruchowe i ćwiczenia gimnastyczne w naszym przedszkolu mają szczególne znaczenie, ponieważ związane są z wszechstronnym rozwojem naszych wychowanków. Rozwój sił fizycznych, aktywności, wytrzymałość idzie w parze z rozwojem dyscypliny i śmiałości dziecka. Te cechy zaczynamy rozwijać od najwcześniejszych lat. Dziecko w wieku przedszkolnym znajduje się w okresie, w którym zachodzą ważne procesy rozwojowe, dlatego zabawy ruchowe i ćwiczenia gimnastyczne mają duże znaczenie.