

## Зимний воздух, игры и здоровье.

Зимние игры и забавы на свежем воздухе не только весёлое, но и полезное времяпровождение для детей. А когда выпадает снег, то ребят не удержать дома. Вот и одно из занятий по лечебной физкультуре мы с детьми провели на свежем воздухе. Такие подвижные игры, как – «Царь горы», «Хоккей», «Метание снежков» и др. помогают детям укрепить своё здоровье. И хоть мороз кусал ребячьи щёки и носики – все получили заряд бодрости и хорошего настроения! Одевайтесь потеплее, почаще выходите на улицу и радуйтесь жизни!

Инструктор ЛФК Л.П. Василец











