

# ŽAIDIMAI GRYNAMŲ ORE

Vaikštinėjimas lauke bet koku oru – puikus mažylio grūdinimas, kad jis nesirgtų peršalimo ligomis. Net ir darganotą rudeni ar spaudžiant žiemos šaltukui laukas mažylio sveikatai yra būtinas (Išskyrus lietingą uraganą ar pūgą).

## Vaikai, kurie daug laiko leidžia lauke:

- ✓ daug rečiau serga,
- ✓ pasižymi geresne psichine sveikata,
- ✓ raumenų motorikos raida yra spartesnė,
- ✓ geba geriau koncentruoti dėmesį,
- ✓ gauna gamtos mokslų pradmenis, pradeda suprasti apie ekologiją, sodininkystę bei metų laikų kaitą,
- ✓ užaugę yra labiau linkę sportuoti ir užsiimti kita veikla lauke.



Žaidimai lauke sudaro vaikui sąlygas „išsikrauti“, todėl vėl grįžus į vidų vaikui lengviau susikaupti ir lavinti kitus gebėjimus.

Lauko erdvė leidžia vaikams patenkinti tokius paprastus, tačiau labai svarbius vaikų poreikius: lipti, šokti, bėgti, suptis, rėkti, voliotis, slėptis ir dar daug daug kitų. Lauke jie pajunta laisvės, nuotykių, rizikos, eksperimentų ir tikros vaikystės skonį!

