

Brincar ao ar livre

Hoje em dia é comum os pequenos ficarem dentro de casa em seus momentos de lazer na companhia de videogames, computadores e celulares. Mas você sabia que, para a criança, brincar ao ar livre traz benefícios?

É necessário reconquistar as brincadeiras infantis que um dia foram praticadas na rua para que elas possam fazer a diferença tanto na vida das crianças pequenas, como na das crianças maiores. Entrando em contato com a natureza, elas aprendem desde cedo a se relacionar com o meio onde vivem.

Muitos pais preferem que os jovens fiquem dentro de casa assistindo televisão por motivos de segurança. Mas nessa aventura de brincar ao ar livre não existe motivo para elas estarem sozinhas, é sempre mais divertido compartilhar as brincadeiras em família.

Prevenir a obesidade infantil é um dos benefícios. A doença está cada vez mais frequente na sociedade que tem ficado cada vez mais em frente às telas e menos praticando atividades físicas. Brincar ao ar livre também potencializa a energia e a criatividade das crianças.

Em um espaço aberto não se pode controlar tudo ao redor, então o fator surpresa consegue estimular a imaginação. Os pequenos ficam mais autônomos e independentes, conseguem enfrentar os problemas e encontrar soluções por si próprias. Para quem é solitário e tímido, pode ser um estímulo para desenvolver suas habilidades sociais.

Todos esses bônus junto com a união familiar geram momentos inesquecíveis.

Fonte: <https://br.guiainfantil.com/materias/cultura-e-lazer/jogosbeneficios-de-brincar-ao-ar-livre-com-as-criancas/>