



THE IMPORTANCE OF OUTDOOR PLAY

The outdoors is the very best place for preschoolers to practice and master emerging physical skills. Children can fully and freely experience motor skills like running, leaping, and jumping. It is also the most appropriate area for the practice of ball-handling skills, like throwing, catching, and striking. Additionally, it is outdoors that children are likely to burn the most calories, which helps prevent obesity. As many as half of American children are not getting enough exercise. Sunlight is also important for the immune system and makes us feel happier.

The outdoors has something more to offer than just physical benefits. Cognitive and social/emotional development are impacted, too. Outside, children are more likely to invent games. As they do, they're able to express themselves and learn about the world in their own way. They feel safe and in control, which promotes autonomy, decision-making, and organizational skills. Inventing rules for games (as preschoolers like to do) promotes an understanding of why rules are necessary. Although the children are only playing to have fun, they're learning communication skills and vocabulary (as they invent, modify, and enforce rules).

Children learn much through their senses. Outside there are many different and wonderful things for them to see (animals, birds, and green leafy plants), to hear (the wind rustling through the leaves, a robin's song), to smell fragrant flowers and the rain-soaked ground, to touch (a fuzzy caterpillar or the bark of a tree), and even to taste (newly fallen snow or a raindrop on the tongue). Children who spend a lot of time acquiring their experiences through television and computers are using only two senses (hearing and sight), which can seriously affect their perceptual abilities.

A nature walk is a great way to enhance children's appreciation of the natural environment. Ask them to tell you what they're seeing, hearing, and smelling. Encourage them to touch - to discover the smoothness of a rock, the roughness of bark, and the fragility of a dried leaf. For young children, these are science experiences.

Set up an obstacle course with old tires, large appliance boxes, and tree stumps. Moving through it will teach important concepts like over, under, through, and around.

A "listening" walk makes for a wonderful sound discrimination activity. Point out the sounds of birds, passing cars, whistling wind, even your footsteps on the sidewalk. What sounds can the children identify on their own? Which are loud and which are soft? Which are high and which are low? What are their favorite sounds?

Bring music outdoors and let the children experience the joy of dancing in a natural environment.

Chasing bubbles is another great outdoor activity that gives children a chance to run!

Information from:

http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275
http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275



LA IMPORTANCIA DEL JUEGO AL AIRE LIBRE

El aire libre es el mejor lugar para que los preescolares practiquen y domine las habilidades físicas emergentes. Los niños pueden experimentar plena y libremente las habilidades motoras como correr, saltar y saltar. También es el área más apropiada para la práctica de las habilidades de manejo de la pelota, como lanzar, atrapar y golpear. Además, en el exterior es probable que los niños quemem más calorías, lo que ayuda a prevenir la obesidad. Hasta la mitad de los niños estadounidenses no están haciendo suficiente ejercicio. La luz del sol también es importante para el sistema inmune y nos hace sentir más felices.

El aire libre tiene algo más que ofrecer que solo los beneficios físicos. El desarrollo cognitivo y social / emocional también se ven afectados. Afuera, los niños son más propensos a inventar juegos. A medida que lo hacen, pueden expresarse y aprender sobre el mundo a su manera. Se sienten seguros y en control, lo que promueve la autonomía, la toma de decisiones y las habilidades organizativas. Inventar reglas para los juegos (como le gusta hacer a los preescolares) promueve la comprensión de por qué son necesarias las reglas. Aunque los niños solo juegan para divertirse, están aprendiendo habilidades de comunicación y vocabulario (a medida que inventan, modifican y hacen cumplir las reglas).

Los niños aprenden mucho a través de sus sentidos. Afuera hay muchas cosas diferentes y maravillosas que pueden ver (animales, pájaros y plantas frondosas), escuchar (el viento cruje entre las hojas, una canción de robin), oler flores fragantes y el suelo empapado de lluvia, toque (una oruga difusa o la corteza de un árbol), e incluso para probar (nieve recién caída o una gota de lluvia en la lengua). Los niños que pasan mucho tiempo adquiriendo sus experiencias a través de la televisión y las computadoras utilizan solo dos sentidos (audición y vista), lo que puede afectar seriamente sus capacidades de percepción.

Un paseo por la naturaleza es una gran manera de mejorar la apreciación de los niños del entorno natural. Pídeles que le digan lo que están viendo, oyendo y oliendo. Aliéntelos a tocar: para descubrir la suavidad de una roca, la aspereza de la corteza y la fragilidad de una hoja seca. Para los niños pequeños, estas son experiencias científicas.

Establezca una pista de obstáculos con llantas viejas, cajas de electrodomésticos grandes y tocones de árboles. Moverse a través de él enseñará conceptos importantes como sobre, debajo, a través y alrededor.

Una caminata de "escucha" hace una maravillosa actividad de discriminación de sonido. Señale los sonidos de pájaros, automóviles que pasan, viento silbante, incluso sus pasos en la acera. ¿Qué sonidos pueden identificar los niños por sí mismos? ¿Cuáles son fuertes y cuáles son suaves? ¿Cuáles son altos y cuáles son bajos? ¿Cuáles son sus sonidos favoritos?

Traiga música al aire libre y deje que los niños experimenten la alegría de bailar en un entorno natural.

¡Persiguiendo burbujas es otra gran actividad al aire libre que les da a los niños la oportunidad de correr!

Information from:

http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275



THE IMPORTANCE OF OUTDOOR PLAY

Vietnamese Translation - Tầm quan trọng của PLAY OUTDOOR

Ngoài trời là nơi tuyệt vời nhất cho trẻ mẫu giáo thực hành và làm chủ các kỹ năng thể chất đang nổi lên. Trẻ em có thể tự do và đầy đủ kinh nghiệm các kỹ năng vận động như chạy, leaping, và nhảy. Đây cũng là khu vực thích hợp nhất để thực hành các kỹ năng xử lý bóng, như ném, đánh bắt, và nổi bật. Ngoài ra, ngoài trời, trẻ em có thể đốt cháy nhiều calo nhất, giúp ngăn ngừa chúng béo phì. Có tới một nửa số trẻ em Mỹ không được tập thể dục đủ. Ánh sáng mặt trời cũng rất quan trọng đối với hệ miễn dịch và làm cho chúng ta cảm thấy hạnh phúc hơn.

Ngoài trời có cái gì đó cung cấp hơn là chỉ có lợi ích thể chất. Sự phát triển nhận thức và xã hội / cảm xúc cũng bị ảnh hưởng. Bên ngoài, trẻ em có nhiều khả năng sáng tạo trò chơi. Khi họ làm, họ có thể diễn đạt và học về thế giới theo cách riêng của họ. Họ cảm thấy an toàn và kiểm soát, thúc đẩy tính tự chủ, ra quyết định, và kỹ năng tổ chức. Các nguyên tắc phát minh cho các trò chơi (như trẻ em ở lứa tuổi đi học) làm tăng sự hiểu biết về lý do tại sao các quy tắc là cần thiết. Mặc dù trẻ chỉ chơi để vui chơi, chúng đang học các kỹ năng giao tiếp và từ vựng (như chúng đã sáng chế, sửa đổi và thực thi các quy tắc).

Trẻ em học hỏi nhiều qua các giác quan. Bên ngoài có rất nhiều thứ khác nhau và tuyệt vời để họ nhìn thấy (động vật, chim và cây lá xanh), nghe (gió xào lá, bài hát của Robin), ngửi thấy mùi hoa thơm và mặt đất ngập nước mưa, chạm vào (một con sâu bướm hoặc vỏ cây), và thậm chí để hương vị (mới rơi tuyết hoặc giọt mưa trên lưỡi). Trẻ em dành nhiều thời gian để có được trải nghiệm của mình thông qua truyền hình và máy tính chỉ sử dụng hai giác quan (nghe và nhìn), điều này có thể ảnh hưởng nghiêm trọng đến khả năng nhận thức của trẻ.

Một cuộc đi bộ tự nhiên là một cách tuyệt vời để nâng cao sự đánh giá của trẻ về môi trường tự nhiên. Yêu cầu họ nói cho bạn biết những gì họ đang nhìn, nghe và ngửi. Khuyến khích họ chạm vào - để khám phá sự trơn nhẵn của đá, sự thô ráp của vỏ cây và sự mỏng manh của lá khô. Đối với trẻ nhỏ, đây là những kinh nghiệm khoa học.

Thiết lập một chương ngại vật với lốp xe cũ, hộp thiết bị lớn, và gốc cây. Di chuyển thông qua nó sẽ dạy các khái niệm quan trọng như trên, dưới, thông qua, và xung quanh.

Một bước đi "lắng nghe" làm cho một hoạt động phân biệt âm thanh tuyệt vời. Chỉ ra âm thanh của chim, đi xe ô tô, gió huýt sáo, thậm chí bước chân của bạn trên vỉa hè. Trẻ em có thể tự xác định âm thanh gì? Cái nào lớn và mềm? Cao và thấp? Âm thanh yêu thích của họ là gì?

Mang âm nhạc ra ngoài và để cho các em trải nghiệm niềm vui khiêu vũ trong một môi trường tự nhiên.

Đuôi theo bong bóng là một hoạt động ngoài trời tuyệt vời khác mà cho phép trẻ em một cơ hội để chạy!

Information from:

http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275
http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275



THE IMPORTANCE OF OUTDOOR PLAY

أهمية اللعب في الخارج - Arabic Translation

في الهواء الطلق هو أفضل مكان لمرحلة ما قبل المدرسة لممارسة واتقان المهارات البدنية الناشئة. يمكن للأطفال تجربة المهارات الحركية ، بشكل كامل وبحرية مثل الجري والقفز والقفز. وهو أيضًا أكثر المناطق ملاءمة لممارسة مهارات التعامل مع الكرة ، مثل الرمي ، والقبض والإصطدام. بالإضافة إلى ذلك ، من المحتمل أن يحرق الأطفال معظم السعرات الحرارية في الهواء الطلق ، مما يساعد على منع السمنة. ما يقرب من نصف الأطفال الأمريكيين لا يحصلون على ما يكفي من التمارين الرياضية. ضوء الشمس مهم أيضًا لجهاز المناعة ويجعلنا نشعر بالسعادة.

في الهواء الطلق لديها ما تقدمه أكثر من مجرد فوائد مادية. تتأثر أيضًا التنمية الإدراكية والاجتماعية / العاطفية. في الخارج ، من المرجح أن يبتكر الأطفال الألعاب. كما يفعلون ، فهم قادرون على التعبير عن أنفسهم والتعرف على العالم بطريقتهم الخاصة. فهم يشعرون بالأمان والسيطرة ، مما يعزز الاستقلالية ، وصنع القرار ، والمهارات التنظيمية. تروج قواعد الابتكار للألعاب (كما يرغب أطفال ما قبل المدرسة (في فهم سبب أهمية القواعد. على الرغم من أن الأطفال يلعبون فقط من أجل المتعة ، إلا أنهم يتعلمون مهارات الاتصال والمفردات) لأنها تفتح (وتعدل) وتفرض القواعد.

يتعلم الأطفال الكثير من خلال حواسهم. خارج هناك العديد من الأشياء المختلفة والرائحة بالنسبة لهم لرؤية (الحيوانات والطيور والنباتات الورقية الخضراء (، لسمع) الرياح تسرق من خلال أوراق الشجر ، وأغنية روبن (، لرائحة الزهور عبق والأرض غارقة في المطر ، ل تلمس) يريقة غامضة أو لحاء شجرة (، وحتى لتذوق) الثلوج الساقطة حديثًا أو قطرة مطر على اللسان. (فالأطفال الذين يقضون الكثير من الوقت في اكتساب خبراتهم من خلال التلفزيون وأجهزة الكمبيوتر يستخدمون حواسين فقط) السمع والبصر (، مما قد يؤثر بشكل خطير على قدراتهم الإدراكية.

يعد المشي الطبيعي طريقة رائعة لتعزيز تقدير الأطفال للبيئة الطبيعية. اطلب منهم أن يخبركم بما يرونه ، سماعه ، وشمه. شجعهم على التلمس - لاكتشاف سلاسة الصخور ، خشونة النباح ، وهشاشة الأوراق المجففة. بالنسبة للأطفال الصغار ، هذه هي تجارب علمية ، إعداد دورة عقبة مع الإطارات القديمة وصناديق الأجهزة الكبيرة وجذوع الأشجار. الانتقال من خلاله سيعلم المفاهيم الهامة مثل الألف تحت ، من خلال ، وحولها

المشي "الاستماع" يجعل من نشاط تمييز رائع رائع. نشير إلى أصوات الطيور ، والسيارات المارة ، والصفير الرياح ، وحتى خطى على الرصيف. ما الذي يمكن للأطفال تحديده بأنفسهم؟ التي هي بصوت عال والتي هي لينة؟ وهي عالية والتي هي منخفضة؟ ما هي أصواتهم المفضلة؟ استمتع بالموسيقى في الخارج واسمح للأطفال بمشاهدة فرحة الرقص في بيئة طبيعية إقاعات مطاردة هي نشاط آخر رائع في الهواء الطلق يمنح الأطفال فرصة للتشغيل

Information from:

http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275
http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275



L'IMPORTANCE DU JEU EXTÉRIEUR

Le plein air est le meilleur endroit pour que les enfants d'âge préscolaire puissent pratiquer et maîtriser les compétences physiques émergentes. Les enfants peuvent expérimenter pleinement et librement leurs capacités motrices comme courir, sauter et sauter. C'est également l'espace le plus approprié pour la pratique des techniques de maniement du ballon, comme lancer, attraper et frapper. De plus, c'est à l'extérieur que les enfants sont susceptibles de brûler le plus de calories, ce qui contribue à prévenir l'obésité. Près de la moitié des enfants américains ne font pas suffisamment d'exercice. La lumière du soleil est également importante pour le système immunitaire et nous rend plus heureux.

Le plein air a bien plus à offrir que de simples bienfaits physiques. Le développement cognitif et social/émotionnel est également affecté. À l'extérieur, les enfants sont plus susceptibles d'inventer des jeux. Ce faisant, ils sont capables de s'exprimer et de découvrir le monde à leur manière. Ils se sentent en sécurité et en contrôle, ce qui favorise l'autonomie, la prise de décision et les compétences organisationnelles. Inventer des règles pour les jeux (comme les enfants d'âge préscolaire aiment le faire) permet de comprendre pourquoi les règles sont nécessaires. Bien que les enfants ne jouent que pour s'amuser, ils acquièrent des compétences de communication et du vocabulaire (en inventant, modifiant et appliquant des règles).

Les enfants apprennent beaucoup grâce à leurs sens. Dehors, ils ont beaucoup de choses différentes et merveilleuses à voir (animaux, oiseaux et plantes à feuilles vertes), à entendre (le vent bruissant dans les feuilles, le chant d'un rouge-gorge), à sentir les fleurs parfumées et le sol détrempé par la pluie, à au toucher (une chenille pelucheuse ou l'écorce d'un arbre), et même au goût (une neige fraîchement tombée ou une goutte de pluie sur la langue). Les enfants qui passent beaucoup de temps à acquérir leurs expériences à travers la télévision et les ordinateurs n'utilisent que deux sens (l'ouïe et la vue), ce qui peut sérieusement affecter leurs capacités de perception.

Une promenade dans la nature est un excellent moyen de sensibiliser les enfants à l'environnement naturel. Demandez-leur de vous dire ce qu'ils voient, entendent et sentent. Encouragez-les à toucher - pour découvrir la douceur d'un rocher, la rugosité de l'écorce et la fragilité d'une feuille séchée. Pour les jeunes enfants, ce sont des expériences scientifiques.

Organisez un parcours d'obstacles avec de vieux pneus, des caisses de gros électroménagers et des souches d'arbres. En le parcourant, vous apprendrez des concepts importants tels que le dessus, le dessous, à travers et autour.

Une promenade « d'écoute » constitue une merveilleuse activité de discrimination sonore. Soulignez les bruits des oiseaux, le passage des voitures, le sifflement du vent et même vos pas sur le trottoir. Quels sons les enfants peuvent-ils identifier par eux-mêmes ? Lesquels sont forts et lesquels sont doux ? Lesquels sont élevés et lesquels sont faibles ? Quels sont leurs sons préférés ?

Apportez de la musique à l'extérieur et laissez les enfants découvrir la joie de danser dans un environnement naturel.

Chasser les bulles est une autre excellente activité de plein air qui donne aux enfants une chance de courir !

Information from:

http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275



ВАЖНОСТЬ ИГР НА ВРЕМЕННОМ ВОЗДУХЕ

Russian Translation

Открытый воздух — лучшее место для дошкольников, где они могут практиковать и осваивать новые физические навыки. Дети могут полностью и свободно освоить двигательные навыки, такие как бег, прыжки и прыжки. Это также наиболее подходящее место для отработки навыков владения мячом, таких как бросок, ловля и удары. Кроме того, именно на открытом воздухе дети сжигают больше всего калорий, что помогает предотвратить ожирение. Около половины американских детей не получают достаточного количества упражнений. Солнечный свет также важен для иммунной системы и заставляет нас чувствовать себя счастливее.

Отдых на свежем воздухе может предложить нечто большее, чем просто физические преимущества. Когнитивное и социальное/эмоциональное развитие также страдает. На улице дети чаще придумывают игры. Поступая так, они могут выражать себя и познавать мир по-своему. Они чувствуют себя в безопасности и контролируют ситуацию, что способствует их самостоятельности, принятию решений и организаторским способностям. Придумывание правил для игр (что любят делать дошкольники) способствует пониманию того, почему правила необходимы. Хотя дети играют только для развлечения, они осваивают коммуникативные навыки и словарный запас (придумывая, изменяя и обеспечивая соблюдение правил).

Дети многому учатся посредством своих органов чувств. Снаружи они могут увидеть много разных и чудесных вещей (животных, птиц и зеленолистных растений), услышать (шелест ветра в листве, пение малиновки), почувствовать запах ароматных цветов и мокрой от дождя земли, на ощупь (пушистая гусеница или кора дерева), и даже на вкус (только что выпавший снег или капля дождя на языке). Дети, которые проводят много времени за приобретением опыта с помощью телевидения и компьютеров, используют только два чувства (слух и зрение), что может серьезно повлиять на их способности восприятия.

Прогулка на природе — отличный способ улучшить у детей понимание природы. Попросите их рассказать вам, что они видят, слышат и обоняют. Предложите им прикоснуться — открыть для себя гладкость камня, шероховатость коры и хрупкость высушенного листа. Для маленьких детей это научный опыт.

Устройте полосу препятствий из старых покрышек, больших коробок из-под бытовой техники и пней. Проходя по нему, вы научитесь таким важным понятиям, как «над», «под», «сквозь» и «вокруг».

Прогулка со «слушанием» станет прекрасным занятием по распознаванию звуков. Обратите внимание на звуки птиц, проезжающих машин, свист ветра и даже на свои шаги на тротуаре. Какие звуки дети могут определить самостоятельно? Какие громкие, а какие тихие? Какие высокие, а какие низкие? Какие у них любимые звуки? Вынесите музыку на улицу и позвольте детям испытать радость танца в естественной среде.

Погоня за пузырями — еще одно замечательное занятие на свежем воздухе, которое дает детям возможность побегать!

Information from:

http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275
http://www.earlychildhoodnews.com/earlychildhood/article_view.aspx?ArticleID=275