



Aktivitas fisik untuk anak-anak

(Bahasa Indonesia Version)

di taman kanak-kanak dan pusat penitipan anak



Membangun hubungan dan keterampilan sosial

Menjaga kesehatan dan berat badan

Mendorong gerakan dan koordinasi

Meningkatkan kualitas tidur

Mengembangkan otot dan tulang

Membantu perkembangan dan pembelajaran otak

Kurangi duduk. Perbanyak bergerak. Bermain bersama

