

親親大自然的好處

近年來，大部分小學生不是留在家裏看電視，就是在吃喝玩樂，他們有沒有想過去郊外暢遊呢？其實，親親大自然有很多好處，讓我來說明這些好處吧！

首先，親親大自然可以令我們的身體健康。相信不少人都知道，在城市裏，空氣污染的情況十分嚴重，市民長期吸入大量被污染的空氣，對身體有害。大家不妨去郊外走走，不但令人心曠神怡，還可以呼吸新鮮空氣。我們更可以多看看些綠色的植物，令眼睛可以休息，因為我們平日經常看着電腦和手機的屏幕，令眼睛容易疲勞。除此之外，我們在郊外可以進行不同的戶外活動，例如：踏單車、行山和攀石等，都可以鍛鍊身體。因此，大家可以抽空到戶外走一走，身體就會更健康。

其次，親親大自然可以讓我們增廣見聞。在郊遊的時候，我們常常都會看到很多不同種類的花草樹木，而有一些更是我們在日常生活中無法接觸到的。例如：含羞草，這是受到外界刺激，葉片會閉合起來的植物，還有捕蠅草和豬籠草等有趣的植物，它們的外型都長得十分特別。我們多認識不同的植物可增加課外知識。不但如此，大家可以結識志同道合，互相交流及分享郊遊心得，真的很開心啊！由此可見，接觸大自然可以開闊我們的眼界。

最後，親親大自然更可以加強我們保護環境的意識。在休閒時，大家可以多參加一些清潔郊野公園的活動，這樣做不但可以令大自然的環境更乾淨，還可以加強我們的環保意識。而且大自然種滿了很多不同種類的花草樹木。當我們看到這麼美麗的環境，就更加要珍惜和愛護大自然。大家只是到大自然走一走和出一分力，就可以保護環境，何樂而不為呢？

總而言之，親親大自然既可以令我們身心健康，又可以增廣見聞，更可以加強保護環境的意識。我們多些到大自然暢遊吧！