

Катание на лыжах – это здорово! Так Вам ответит любой ребёнок из старшей или подготовительной группы ДОУ, так как в садике начался «лыжный сезон». Румяные от мороза щёки, сверкающие от радости глаза, весёлый детский смех и, конечно, удовольствие от передвижения на лыжах. А ещё, это не только весело и интересно, но и очень полезно: ускоряется обмен веществ в организме, укрепляются мышцы, улучшается деятельность внутренних органов, развивается мышечная чувствительность и координационные способности. Также у детей, посещающих занятия, воспитывается смелость, решительность, настойчивость, чувство коллективизма и взаимопомощи.





