

Лыжи, санки и коньки – лучшие друзья мои!

Спорт в жизни ребёнка играет большую роль, он является обязательным условием здоровья и физической активности. Но чаще всего зимнее время года наши дети проводят дома, а ведь активным нужно оставаться весь год. Погода не должна быть препятствием для занятий спортом детей и здорового образа жизни. Зима прекрасное время года для занятия такими видами спорта как - лыжи, коньки, сноуборд, катание на санках, ледянках, игра в хоккей.

*Ах, лыжи мои, лыжи, —
Без вас я сам не свой.
Ну что на свете ближе
Мне снежною зимой?
На валенки нацепишь
Хрустящие ремни
И день гоняешь целый,
И напролёт все дни.
Ну а потом чуть дышишь,
Чуть на ногах стоишь...
Ах, лыжи мои, лыжи —
Нет в мире лучше лыж!*



*С клюшками друг против друга стоят
В красном и синем команды ребят.
В шлемах, как рыцари, но не робей,
Бой здесь учебный - играют в хоккей!*

*Здесь силовые приемы бывают -
С ног игроков очень часто сбивают.
Кто на коньках и ловчей, и быстреей -
Тот побеждает, играя в хоккей.*

Готовимся к хоккейному турниру, тренируемся и оздоравливаемся одновременно.





Вратарь очень серьёзный и не пропустит ни одной шайбы!

*Трое на заснеженной полянке
Я, Зима и санки.
Только землю снег покроет —
Собираемся мы трое.
Веселимся на полянке —
Я, Зима и санки.*



*Мы любим Зимушка тебя,
Твой иней и ледок,
И снег пушистый на ветвях,
И санки, и каток!*

Воспитанники нашей группы очень любят кататься на санках, ходить на лыжах и играть в хоккей. Ведь это не только поднимает настроение детям, укрепляет иммунитет, развивают двигательную активность, но и формирует чувство командной работы, умение помогать, поддерживать и выручать друг друга. Движение детям необходимо.

ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ!!!

Дети, увлекающиеся зимними видами спорта, очень выносливы и обладают атлетическим телосложением. Кроме того, они приносят массу радости ребенку и родителям. Но только не следует преследовать цель достижения спортивных результатов. Пусть прогулка на свежем воздухе и активное движение будет ребенку в радость и удовольствие.