

Ноябрь 2015.

Две основные потребности ребенка-дошкольника - это игра и движение. Лучше всего эти потребности реализуются во время занятий физкультурой и спортом. Именно такие занятия предлагает секция «Хоппи-болл аэробика». «Хоппи-болл» - это занятие - игра. Игра с яркими, красивыми, легкими, прыгучими и очень полезными для здоровья большими гимнастическими мячами. В процессе подвижной игры дети не только много двигаются, но и учатся ориентироваться в пространстве, тренируются в ловкости, координации, выносливости. Выполняя разнообразные упражнения на мячах, ребята приобретают навыки правильной осанки, у детей тренируется сердечно-сосудистая, дыхательная, костно-мышечная система организма, повышается настроение. На наших занятиях всегда шумно, весело, интересно!!! Не верите? Приходите, поглядите!









