**«АХ, ЛЫЖИ - МОИ, ЛЫЖИ!»**

**Лыжные прогулки детей в ДОУ**.



***В зимние деньки мы не скучаем,***

***Идём, и быстро лыжи надеваем,***

***В руки палки мы берем,***

***И кататься дружно все идём!!!***

*Лыжи – одно из самых доступных спортивных зимних увлечений. Ходьба на лыжах укрепляет физическое здоровье детей, является отличным закаливающим средством, способствует развитию быстроты, выносливости, координации, укреплению опорно-двигательного аппарата, а влияние свежего воздуха особенно благотворно для деятельности органов дыхания.*

 

*Лыжные занятия и лыжные прогулки способствуют так же  воспитанию морально-волевых качеств ребенка: смелость, настойчивость, решительность, формируют выдержку и дисциплинированность, приучают преодолевать трудности и препятствия, воспитывают чувство дружбы, коллективизма, взаимопомощи. Это копилка совместных радостей, воспоминаний, впечатлений.*

 

*Ребята очень стараются познать азы лыжного спорта, учатся сами завязывать ботинки, управляться с лыжными палками, координировать свои действия на лыжах.*

 

*Все довольные,  розовощекие, с восторженными откликами возвращаются с прогулки на лыжах в детский сад, чтобы через несколько дней снова заняться уже полюбившимся видом спорта.*

 

***Лыжный спорт – один из самых массовых, привлекательных и доступных видов спорта.***

 