

LYŽOVÁNÍ



Pravidelně během zimy jezdíme lyžovat do areálu Olešnice v Orlických horách, aktivitu zajišťuje lyžařská škola ENERGY SKI SCHOOL.

Termín: každé dopoledne od 26. 2. - 1. 3. 2024

Odjezd od MŠ: v 7,30 hod.

Na horách budou mít děti svačinu připravenou od paní kuchařky z mateřské školy a bude zde k dispozici k pití teplý čaj.

Cíl programu: Zábavnou formou seznámit děti se základy lyžování.

Lyžařská školička začíná rozvíčkou s maskoty „Soptík a Bucifalka“. Do družstev jsou děti rozděleny po pěti až šesti dětech, podle svých dosavadních schopností a dovedností. Děti během kurzu mají možnost zvládnout a správně ovládat techniku lyžování, naučí se nasazovat a sundávat lyže, chodit na lyžích po rovině, do kopce, jezdit šikmo svahem, jezdit přímo, zastavit, naučí se oblouk v pluhu, oblouk z pluhu, základní paralelní oblouk, i jízdu na vleku. Děti posílí svoji tělesnou zdatnost a psychickou odolnost, naučí se postarat o své osobní věci i v prostředí a situacích pro ně neznámých, zažijí radost z nové zvládnuté pohybové dovednosti a prvních sportovních úspěchů. Pobytem na čistém, horském vzduchu posílí své zdraví.