

LYŽOVÁNÍ



Pravidelně během zimy zajišťujeme pro děti výuku lyžování v Olešnici v Orlických horách.

Lyžovat budeme s lyžařskou školou ENERGY SKI SCHOOL.

Termín: 6.1. – 10.1.2024

Svačina pro děti je zajištěna z MŠ + bude k dispozici k pití teplý čaj.

Cíl programu:

Zábavnou formou seznámit děti se základy lyžování.

Lyžařská školička začíná rozcvičkou 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 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.