

# **Какой вид спорта выбрать?**

## **Командные игры**

Этот вариант лучше всего подойдет открытым для контакта, общительным детям.

## **Водные виды спорта**

Сам факт, что чадо научится плавать и чувствовать себя как рыба в воде, не оставляет многих родителей равнодушными. Что уж говорить о роли закаливания!

## **Верховая езда**

Лошадь может стать другом и тренером вашему малышу. Кроме хорошей осанки, укрепления практически всех групп мышц, развития координации, ребенок учиться общаться с животным. Профессиональный спорт открыт для детей от 10 лет.

## **Гимнастика**

Вот куда специалисты смело рекомендуют родителям отправлять детей. Ведь этот вид спорта развивает практически все: осанку, координацию, мышцы, характер, грация, стройность.

## **Лыжи**

Это не только традиционные лыжи, но и модные биатлон, сноуборд, прыжки с трамплина, горные лыжи и многое другое.

## **Фигурное катание**

Очень красивый и зрелищный вид спорта, которым легко увлекаются и мальчики, и девочки. Несмотря на внешнюю простоту и красоту, относится к наиболее сложным, поэтому нужно настроиться на то, что не все сразу будет получаться, как хотелось бы.

## **Боевые искусства**

Приобрели особую популярность в последние десятилетия. Сюда относятся дзюдо, самбо, карате, тэквондо, айкидо, ушу и еще множество вариантов единоборств. Эти виды спорта развивают координацию движений, мускулатуру, учат малыша быстро реагировать и правильно падать.

## **Танцы**

Хотите найти более простой и безопасный путь приобщения вашего ребенка к спорту? Начните с обычных танцев. Это полезно в первую очередь для общего развития.

## **Шахматы и шашки**

Эти «тихие» виды спорта, безусловно, помогут развитию логического мышления, внимания, памяти. Кроме того, воспитают характер ребенка и поспособствуют умению спокойно и рассудительно идти к победе. Ими ребенок запросто может заниматься с пяти лет.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460052

Владелец Власова Марина Алексеевна

Действителен с 05.03.2025 по 05.03.2026