

Активные игры с мячиками одновременно увлекательны и полезны для здоровья. Они прекрасно развивают ловкость рук, ног и общую координацию тела. Броски в цель тренируют меткость, ловля мяча – быструю реакцию и концентрацию внимания, а бег и прыжки прибавляют выносливости.



