Блестят коньки, блестит каток,
Пушистый снег искрится,
Надень коньки свои, дружок,
Попробуй прокатиться.
Пускай тебя щипнёт мороз —
Смотри, не испугайся.
Пусть заморозит он до слёз —
Ему не поддавайся.



разработала Харитонова Е.В., воспитатель

Виды коньков:
хоккейные, фигурные и двухполозные



Хоккейные - предназначены для игры в хоккей.



На фигурных коньках катаются фигуристы. На них выполняются элементы любой сложности



Двухполозные коньки подойдут маленьким детям. Они крепятся ремешками прямо к обуви.

МАДОУ детский сад № **101** г. Тюмени
«Березка»



Как научить ребёнка кататься на коньках

2019

Коньки — это такой вид спорта, где новичок получает не меньше удовольствия, чем опытный мастер.

Осваивать коньки нужно именно на льду!!!

Чтобы поскорее научиться двигаться на льду, советуем еще до выхода на каток поупражняться дома.

Немного потопайте по полу, надев на лезвия чехлы, чтобы и коньки не затупить, и пол не испортить. Походив по комнате, почувствуете устойчивость.

Первые шаги на коньках самые трудные: ребёнок первый раз выйдет на лёд очень беспомощным, поэтому сразу учите ребёнка правильно падать: сгруппировавшись на бок. Так же научите ребенка самостоятельно вставать.

Если заметите, что малышу еще нелегко даются новые движения, то пусть он почувствует скольжение. Для этого повозите его на буксире: двигайтесь по льду лицом к ребенку, а ребенок пусть держится за клюшку или верёвку или лыжную палку, протянутую Вами.

Следите за тем, чтобы ребёнок хорошо держал равновесие. Именно поэтому и нужно использовать предметы. Очень важно, кроме того, научить ребёнка, чтобы для начала движения он отталкивался не зубцами на носке конька, а всем лезвием.

Одежду лучше подобрать так:

То, что надето ближе к телу, должно быть из натуральных материалов, а верхнюю одежду, напротив, желательно выбирать синтетической. Так малышу будет тепло, и при этом снег будет соскальзывать с синтетической куртки, а не налипать на ней.

Не забудьте и о запасных варежках. Дети катаются на коньках сначала неуверенно, часто падают, и первые рукавички непременно успеют насквозь промокнуть от снега.

Выбираем катание на коньках! Почему???

- ✓ *Совершенствуется умение владеть своим телом;*
- ✓ *Способствует развитию чувства ритма;*
- ✓ *Совершенствуются пространственные представления.*



Коньки и безопасность!

- ✓ **Катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоёмах!**
- ✓ ***Не ходите на каток в те дни, когда на нём катается много людей. Риск получить серьёзную травму крайне велик!***
- ✓ ***Падение исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребёнок был одет в плотную одежду!***
- ✓ ***Не отходите от ребёнка ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений!***

