



«Зимние виды спорта»

Что нам нравится зимой?
Белые полянки.
А на горке снеговой
Лыжи или санки.

Цели:

- закрепить знания про зимние виды спорта Олимпийских игр;
- развивать познавательный интерес к изучению видов спорта;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

*Снег, снег, белый снег, засыпает он нас всех!
Дети все на лыжи встали и по снегу побежали.
Покатились санки вниз — крепче, куколка,
держись!*

*Ты сиди, не упади — там канавка впереди.
Надо ездить осторожно, а не то разбиться
можно!*

Задание 7. Упражнение на координацию речи с движением. (Ребенок имитирует лепку зайчика из снега).

*Мы слепили снежный ком,,
Ушки сделали потом.*

Вместо глаз — угольки нашлись у нас.

Кролик вышел как живой:

И с хвостом, и с головой.

За усы не тяни — из соломинки они

Длинные, блестящие, точно настоящие!

Задание 8. Вырезать картинки с изображением зимних забав и вклеить в альбом.



ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА ДЛЯ ДЕТЕЙ

Малыш уже отлично справляется с лопаткой, сооружая в сугробах снежные дворцы, восторженно плюхается на лед катка в попытках удержать равновесие, и уверенно тянется к лыжам в магазине? Не пора ли познакомить карапуза с зимними видами спорта?

Холод абсолютно не мешает активному отдыху, и чтобы заняться им зимой, совершенно необязательно ехать в Альпы. Дети, которые занимаются зимними видами спорта, как правило, обладают более развитым и крепким телосложением, и отличаются выносливостью. Также зимние виды спорта способствуют развитию силы воли, координации и смелости.



Какие виды зимнего спорта существуют?

Большая часть разновидностей зимнего спорта являются экстремальными (горные лыжи, натурбан, сноуборд и пр.). И исключение здесь составляют катания на лыжах, санях и коньках. В хоккее тоже весьма высока степень травматизма, хотя он и не считается экстремальным видом спорта. Остальные виды предполагают преодоление препятствий и скоростные спуски.

- ✚ Детский лыжный спорт
- ✚ Детский сноубординг
- ✚ Фигурное катание для детей
- ✚ Санный спорт для детей
- ✚ Детский хоккей

"С кочки на кочку"

Мама чертит на снегу круги диаметром 30-40 см. Расстояние между кругами - 40-50 см. Малышу надо прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг). Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.

"Сбеги с горочки"

Мама предлагает ребенку забраться на небольшую горку с пологим склоном, а потом сбежать вниз, к ней в руки.

"Меткий стрелок"

Вместе с малышом мама делает куличики из снега, выстраивает их в ряд, помещает друг на друга, учит малыша лепить снежки, предлагает снежком сбить куличик. Мама должна показывать пример своему ребенку: вместе с ним кидать снежки и стараться попасть в цель.

"Катание с горки"

На пологом склоне малыш тренируется кататься на санках. Мама учит его правильно направлять санки с горки.

Для самостоятельных поездок малыша нужно выбирать пологие горки, где нет большого скопления детей, чтобы ребенка никто не испугал и не ударил.

Мама должна внимательно следить за тем, как ребенок катается



Задание 3. «Какие зимние виды спорта ты знаешь? Что нужно этим спортсменам?»

Задание 4. Дидактическая игра «Кому что нужно?» (употребление винительного падежа существительных):

• лыжнику нужны лыжи, хоккеисту — ... ,
фигуристу — ... , саночнику —

Задание 5. Дидактическая игра «Исправь ошибку» (на логическое мышление).

• Лыжнику нужны санки. Конькобежцу нужны лыжи. Саночнику нужны коньки. Хоккеисту нужны санки.

• Зимой дети катаются на лыжах, велосипеде, играют в мяч, лепят снежную бабу, прыгают через скакалку, играют в хоккей, футбол, загорают, строят снежную крепость.

Задание 6. Выучить стихотворение.

Я катаюсь на коньках, разгорелись
ушки!

Рукавички на руках, шапка на
макушке!

Раз, два — чуть не поскользнулся,

Раз, два — чуть не кувыркнулся.



Саный спорт

Саный спорт представляет собой высокоскоростной спуск со склонов по готовой трассе на одноместных и двухместных санях. Непрофессиональным санным спортом детям можно заниматься уже с четырех-пяти лет.



Виды санного спорта:

- ✚ Натурбан;
- ✚ Скелетон;
- ✚ Бобслей.

Детский хоккей

В нашей стране хоккейный спорт очень популярен и любим. Еще во времена Советского Союза открывались секции по хоккею, где тренировали известных хоккеистов нашей страны. И сейчас хоккейные секции высоко держат профессиональную планку, занимаются подготовкой юных спортсменов на самом высоком уровне.



Если вы отважились отдать своего ребёнка на хоккей, то приготовьтесь к тому, что это вам это может дорого обойтись, я говорю не только о деньгах, а о вашем времени и силах. Хоккей отличный спорт для ребёнка и очень тяжёлый для его родителей. Начинают заниматься хоккеем обычно в нежном возрасте 5-6 лет, в этом возрасте молодой спортсмен не может сам себя одеть и раздеть, поэтому родителям необходимо всё время сопровождать его. Это довольно напряжённо - тренировки 4-6 раз в неделю, часто в не удобное для родителей время.