

Консультация инструктора по физической культуре Рахмановой Е.В.

Как правильно кататься на ледянке с горки.

Зимняя пора – самое веселое время года, по крайней мере, по мнению многих детей. Одно из самых интересных развлечений снежной зимой – катание с горки. Раньше для этой цели широко применялось все что угодно: картонки, плотные пакеты. Наиболее близким аналогом этих предметов можно по праву назвать ледянку. Она представляет собой пластиковую основу, которая имеет одну или две ручки для удержания в руках. Многочисленные преимущества ледянок привели к тому, что они стали одними из самых популярных предметов для спуска с горки. Даже традиционные санки, снегокаты и тюбинги немного им уступают. Поэтому вопрос как кататься на ледянке не теряет своей актуальности.

Особенностью ледянок является то, что они предназначены именно для быстрого спуска с ледяной горы. Покатать малыша по городу, как в санках, на них едва ли удастся. Доводами «за» покататься на ледянках можно назвать:

Легкость

Малышу не придется взбираться на горку с громоздкими тюбингами или тяжелыми санками. Ледянки весят очень мало.

Красота

Многие модели имеют интересный дизайн и красочные рисунки.

Маневренность

Техника спуска с горы очень проста. Прокатившись несколько раз уже можно накопить небольшой опыт маневрирования.

Хорошая скорость

Кататься на ледянках можно с ветерком, ведь скользкий пластик практически не встречает трения на своем пути.

Безопасность

По мнению многих экспертов, если правильно кататься на ледянке, то этот предмет можно назвать одним из самых безопасных на горке. Во-первых, малыш будет близко сидеть к земле, поэтому у него будет больше возможностей затормозить или маневрировать. Во-вторых, в случае

необходимости можно всегда скатиться с ледянки в бок, что в ватрушках или снежокатах будет намного сложнее.

Однако, чтобы катание на ледянках с горки принесло позитивные эмоции, нужно учесть некоторые требования безопасности.

- Нельзя кататься на ледянке со склона, который выходит на проезжую часть.
- Прежде чем кататься на ледянке с горки, следует убедиться, что на пути следования малыша не будет трамплинов, кочек, деревьев. Ведь этот детский транспорт не может похвастаться хорошей амортизацией.
- Прежде чем начать спуск с горки, следует убедиться, что трасса свободна, и никто не собирается ее пересекать.
- Важно предварительно изучить, как нужно правильно скатываться с ледянки на бок в случае непредвиденной ситуации. Малыш должен уметь группироваться и сохранять спокойствие.

Если следовать этим правилам, катание с горки пройдет без травм и с максимальным удовольствием для ребенка. Это очень важно, ведь горка – место повышенной опасности. Однако без нее детские зимние забавы будут уже не те.