

Катание на роликовых коньках

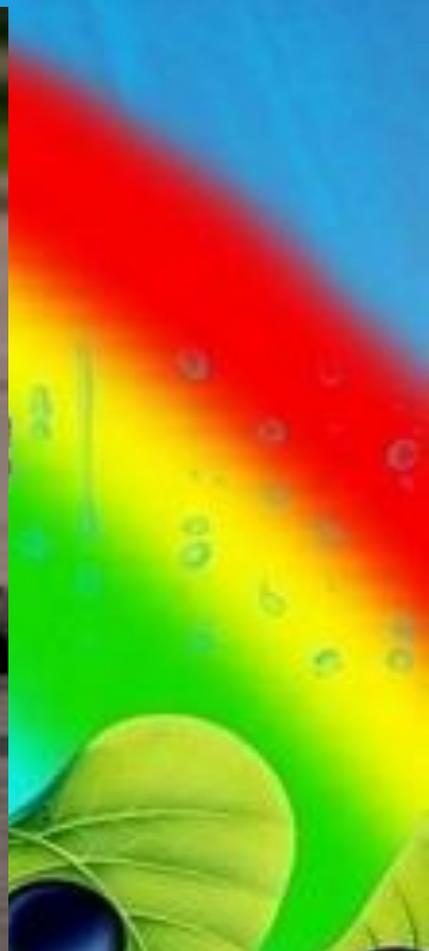
Выполнила:
воспитатель

Брюховских Анастасия Витальевна



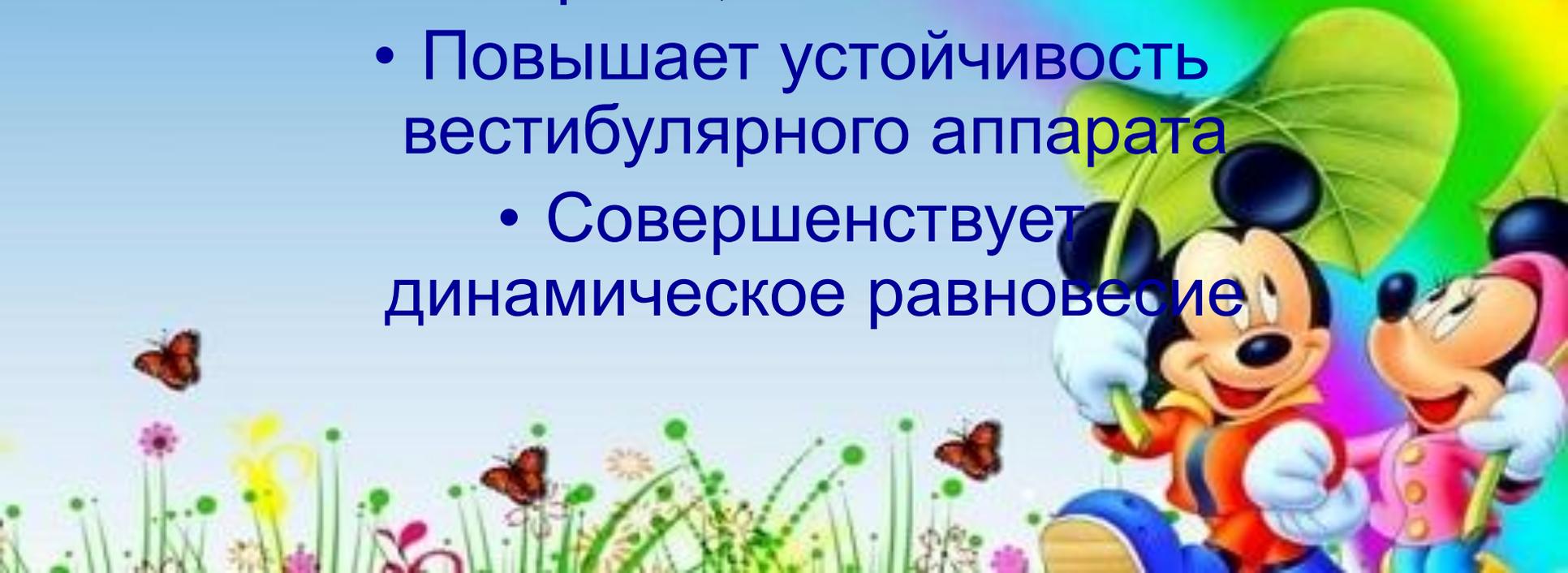
- Обучать детей катанию на роликовых коньках можно с 6-7 лет.
- Длительность занятия 5-8 мин.
Время для занятий увеличивается постепенно.





Значение

- Способствует укреплению свода стопы
- Способствуют развитию ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- Повышает устойчивость вестибулярного аппарата
 - Совершенствует динамическое равновесие





Последовательность обучения катанию на роликовых коньках

- Ознакомление с правилами поведения во время занятия.
 1. Дети учатся стоять на траве в роликах
 2. Имитируют движения скольжения у стула
 3. Выполнение движения скольжения на траве в роликах
 4. Выполнение движения скольжения на асфальте в роликах
 5. Выполнение поворотов на асфальте в роликах





Спасибо за внимание!

