

СНОУБОРД

для дошкольников



Физинструктор РУ

Консультация для родителей

По заснеженным горам,
По трамплинам и холмам
На снаряде "сноуборд"
Бьют спортсмены свой рекорд.

"Сноуборд" — он как доска,
Что довольно широка.
Есть на ней крепёж для ног,
Но не вдоль, а поперёк.

И вот так, чуть-чуть бочком,
Виртуозно с ветерком
Все спортсмены, как играя,
Пилотажем восхищая,

На снаряде "сноуборд"
Представляют классный спорт.



ЭКИПИРОВКА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ.



Соблюдайте меры безопасности! Всегда надевайте ребенку на голову шлем и убедитесь, что сноуборд и вся экипировка подобрана ему точно по размеру.



МОЖЕТ ЛУЧШЕ СНАЧАЛА СТАВИТЬ МАЛЫША НА ЛЫЖИ А ПОТОМ НА СНОУБОРД?

Кто-то считает что для того чтобы успешно освоить сноуборд, необходимо сначала научить ребенка кататься на лыжах.

В реальности это не совсем так. Лыжи и сноуборд различаются по сложности и требуют разных техник обучения.

Что БЕСПОКОИТ РОДИТЕЛЕЙ:

- * детские головы, как правило, непропорционально большие по отношению к их телу, что смещает центр тяжести
- * маленькие детки не до конца понимают, как работает их собственное тело, так как еще находятся в процессе формирования контроля над своим мышечным аппаратом

Это действительно так, но означает лишь то, что дети учатся кататься в несколько иной технике, нежели взрослые. Это также означает, что освоение азов может занять у них чуть больше времени. И это, кстати, касается абсолютно любого вида спорта, не только сноубординга.

Важно понимать, что ни одна из этих проблем не мешает ребенку получать удовольствие, кататься и прогрессировать. Главное — настроить его на то, что это весело и увлекательно!

Тем не менее, чтобы помочь вашему малышу в обучении, чтобы ему было легче, и процесс проходил быстрее и эффективнее, помимо специальной экипировки, необходимо применять специальные методы обучения.

САМЫЙ ПОПУЛЯРНЫЙ ВОПРОС О ДЕТСКОМ СНОУБОРДИНГЕ - В КАКОМ ВОЗРАСТЕ НАЧИНАТЬ ЗАНЯТИЯ НА ДОСКЕ?

ДАВАЙТЕ РАЗБЕРЕМСЯ И ИЗБАВИМСЯ ОТ ЛИШНИХ СОМНЕНИЙ.

Ожидания

Существует великое множество мнений на тему идеального возраста малыша для начала катания. Некоторые из них основаны на научных фактах, некоторые абсолютно ни на чем. Современные технологии, примененные при разработке и создании детского сноуборд-оборудования совместно с техникой обучения позволяют вашему ребенку встать на доску, как только он научится ходить!

Обучение маленького ребенка может оказаться работой трудной и по началу неблагодарной. Нужно подождать, пока малыш привыкнет к доске и поймет, как ее нужно использовать. Первые несколько занятий вы, скорее всего, будете чувствовать, что прогресса особого нет, но если вам удастся сделать первые уроки интересными, веселыми и увлекательными для ребенка, то, поверьте, скоро он начнет схватывать на лету.

Не нужно ожидать от 3-х летнего малыша, что он будет чисто входить в повороты в свою первую неделю на сноуборде.

Хотя и такое случается. Самый большой плюс ставить маленького ребенка на доску состоит в том, что это значительно улучшает его успехи в будущем. Поставите на доску в 5, в 7 он уже будет резать склон, поставите в 7 и можете упустить 2 года отличного катания. Но вам надо принимать во внимание темперамент вашего малыша, его характер и уровень координации, а также способность к обучению. Все-таки все детишки индивидуальны и требуют особого подхода, который лучше всего смогут подобрать именно родители.

Начало

Первый шаг — это научиться правильно стоять и скользить. Ну этому все мы когда-то учились. Единственный верный способ тут — проводить как можно больше времени на доске. Со временем малыш поймет, как это правильно делать и вольется в процесс.

Что может повлиять на желание ребенка заниматься на сноуборде?

Погодные условия.

Никто не хочет и не должен осваивать сноуборд на обледенелом снегу, при морозе минус 20 и при ветре, который норовит сорвать шлем с головы. Но поверьте, ваш ребенок еще долго не захочет никуда с вами ехать кататься, если его первый опыт будет в ужасную погоду! Детские воспоминания самые яркие и эмоции, которые испытывают малыши, сильно утрированы. Поэтому выберите для первого раза солнечный день с комфортной температурой и хорошими условиями снега, и тогда вы точно не пожалеете!

Интерес ребенка.

Дети могут потерять концентрацию и интерес к любому делу со скоростью света. Поэтому для родителей очень важно оказывать поддержку, хвалить и обнадеживать ребенка. Еще быть готовыми носить, ловить, страховать, бегать за ними и всячески помогать своим детям освоить сноуборд. В идеале еще все это время улыбаться и всем видом показывать, как безумно вам это нравится) Ну а кто говорил, что будет легко.

Терпение родителей.

Из предыдущего пункта вытекает логичный вопрос: насколько вы реалистичны и рассудительны. Все мы считаем своих детей самыми лучшими, обучаемыми и одаренными. Но это не значит, что нужно требовать от них невозможного и расстраиваться из-за того что малыш находит искусство балансировки крайне непростой задачей. Делайте перерывы, хвалите за успехи, не ругайте за ошибки. Будьте рядом, помогайте, объясняйте и будьте понимающими и терпеливыми родителями.

ДАВАЙТЕ ПОДВЕДЕМ НЕБОЛЬШОЙ ИТОГ

Малыш может встать на сноуборд, как только он научится ходить.

Если же вы хотите чтобы начало обучения закончилось самостоятельным спуском ребенка со склона, то возраст 4 - 5 лет будет идеальным вариантом.

ПОМНИТЕ, КЛЮЧ К УСПЕХУ — СДЕЛАТЬ ПРОЦЕСС УВЛЕКАТЕЛЬНЫМ И ВЕСЕЛЫМ!

