**Образовательный маршрут**

**для совместной деятельности родителей с детьми в сети Интернет**

“**ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА**”

**Образовательная область:** физическое развитие

**Целевая аудитория:** 5-7 лет



**Уважаемые родители!**

Зима - прекрасное время года! Это время зимних забав и, конечно, катания на лыжах, санках, коньках. А что вы и ваш ребенок знаете о зимних видах спорта? Задумались? Вашему вниманию предлагается образовательный маршрут, следуя по которому, вы и ваш ребенок сможете узнать много интересного о зимних видах спорта.

**Шаг 1.“ЗНАКОМСТВО”**

* **Начните с рассказа: «Какие виды зимнего спорта существуют?», перейдя по ссылке:**

[**http://megaznanie.ru/index.php/encyclopedia/sport/452-2010-07-06-12-12-33.html**](http://megaznanie.ru/index.php/encyclopedia/sport/452-2010-07-06-12-12-33.html)

* **Просмотрите вместе иллюстрации:**

[**http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2014/03/13/kartinki-s-izobrazheniem-zimnikh-vidov-sporta**](http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2014/03/13/kartinki-s-izobrazheniem-zimnikh-vidov-sporta)

* **Обсудите, какие виды спорта запомнились ребенку, какие понравились.**
* **Попробуйте отгадать загадки:**

[**http://kidsclever.ru/content/zagadki-pro-zimnie-vidy-sporta**](http://kidsclever.ru/content/zagadki-pro-zimnie-vidy-sporta)

**Шаг 2. *“*ЛЫЖНЫЙ СПОРТ*”***

* **Предложите ребенку посмотреть мультфильм «Снежные дорожки»:**

[**http://my.mail.ru/mail/elenathome/video/441/893.html**](http://my.mail.ru/mail/elenathome/video/441/893.html)

После просмотра **побеседуйте по вопросам:**

* В какое время года катаются на лыжах?
* Почему нельзя кататься на лыжах летом?
* Почему мультфильм называется снежные дорожки, как эти дорожки называются на самом деле?
* Зачем лыжникам палки?

**Роль палки велика**. Палки нужны не просто для того, чтобы стоять. Палки – очень важный и тонкий инструмент. Когда лыжник осваивает поворот на параллельных лыжах, правильное владение палкой становится вещью важной и обязательной.

**Во-первых,** сам укол палкой в начале поворота – это сигнал к тому, чтобы начать вращательное движение лыж.

**Во-вторых,** палка служит как бы осью поворота, и когда лыжник ощущает эту «ось» в своей собственной руке, он может правильно рассчитать свои усилия, необходимые для того, чтобы выполнить именно такой поворот, какой был задуман.

**И, в-третьих,** конечно, палка помогает сохранить равновесие и служит опорой лыжнику в том случае, если он слишком сильно наклонился внутрь поворота.

**В древние века лыжники перемещались с одной палкой**. Палка или рогатина была универсальным инструментом — опора при пешей ходьбе, тормоз при спуске и оружие в случае нападения. Сто с лишним лет назад «лыжебежцы» решили, что с двумя палками передвигаться удобнее.

**Откуда же появились лыжи?**

В далекие исторические времена добывать пищу, передвигаться от одного поселения к другому зимой по глубокому снегу было немыслимо без специальных приспособлений для ног, увеличивающих площадь опоры, позволяющих легко и свободно преодолевать снежные сугробы в полях, лесах, горах. Так зародилась вынужденная потребность в создании лыж — одного из самых удивительных изобретений первобытного человека.

[**http://subscribe.ru/group/na-zavalinke/6001637/**](http://subscribe.ru/group/na-zavalinke/6001637/)

Также советуем вам вместе с ребенком посмотреть эту презентацию:

[**http://www.myshared.ru/slide/539450/**](http://www.myshared.ru/slide/539450/)

**После просмотра задайте ребенку вопросы:**

* Для чего изначально появились лыжи?
* Какими были первые лыжи?
* Какие бывают лыжи?

**Лыжный спорт** - один из самых массовых видов спорта.

Предлагаем вместе с ребенком посмотреть следующее видео, оно поможет вам подробнее ознакомиться с лыжным спортом и его видами: [**http://rutube.ru/video/a5c4ac1f1325c98c45a5d717865fe8cf/**](http://rutube.ru/video/a5c4ac1f1325c98c45a5d717865fe8cf/)

Поговорите с ребенком о том, какой вид лыжного спорта ему понравился больше всего и почему.

**Обратите внимание на некоторые факты:**

* Когда впервые были соревнования по лыжному спорту?
* Когда лыжный спорт появился в нашей стране?
* Как одеты лыжники?
* **Предложите ребенку** нарисовать вид лыжного спорта, который ему понравился, помогите ему в этом, если он затрудняется.
* Как одеваются лыжники и что нужно одевать на лыжную прогулку?

[**http://goo.gl/HaPV3N**](http://goo.gl/HaPV3N)

**Предлагаем вам стихи о лыжном спорте:**

[**http://www.numama.ru/blogs/kopilka-detskih-stihov/stihi-pro-lyzhi.html**](http://www.numama.ru/blogs/kopilka-detskih-stihov/stihi-pro-lyzhi.html)

**Загадки:**

[**http://zanimatika.narod.ru/Nachalka6\_1.htm**](http://zanimatika.narod.ru/Nachalka6_1.htm)

**Шаг 3.“ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ”**

****

Все любят кататься на коньках. А вас интересовало когда-нибудь, как они появились?

**Спросите своего ребенка:**

* Знает ли он, как появились фигурные коньки?
* А из чего сделаны были первые коньки?
* От какого слова произошло слово “коньки”?

[**http://bigpicture.ru/?p=477216**](http://bigpicture.ru/?p=477216)

* **Предложите ребенку подумать**, почему катание называется «фигурное»?

В обязательных элементах этого вида спорта присутствуют так называемые фигуры - это треки (следы) коньков на льду. Различают "круги", "восьмерки" и "параграфы":

[**http://www.bolshoyvopros.ru/questions/357222-pochemu-figurnoe-katanie-nazyvaetsja-figurnym.html**](http://www.bolshoyvopros.ru/questions/357222-pochemu-figurnoe-katanie-nazyvaetsja-figurnym.html)

**Кругом** считается фигура из двух касательных окружностей. Одна чертится правой ногой, вторая - левой. **Восьмерка** - это такая же фигура, но исполняемая непрерывно на одной ноге. **Параграф** - каждая нога чертит по полной окружности и еще по половине. В итоге получается три касающиеся друг друга окружности, центры которых находятся на одной прямой.Уже внутри этих фигур исполняются дополнительные "штрихи" - это петли, скобки, крюки, выкрюки, перетяжки. Все это должно быть "отрисовано" геометрически правильно, с соблюдением определенных размеров. Не говоря уже об осанке фигуриста и ребре конька, на котором рисуется та или иная фигура.

* **Предложите ребенку посмотреть мультфильм** «Слишком фигурное катание»:

[**https://www.youtube.com/watch?v=QtmVtignJnE**](https://www.youtube.com/watch?v=QtmVtignJnE)

**Вопросы для обсуждения:**

* В какое время года катаются на коньках?
* Почему нельзя кататься на коньках летом?
* Почему мультфильм называется «Слишком фигурное катание»?
* **Предлагаем вам стихи про каток и коньки:**

[**http://axmama.ru/stihotvorno/detskie-stihi-pro-katok-i-kon-ki/**](http://axmama.ru/stihotvorno/detskie-stihi-pro-katok-i-kon-ki/)

* **Загадки:**

[**http://vsemzagadki.narod.ru/zagadki/zagadkipro/zagadki\_pro\_katok.html**](http://vsemzagadki.narod.ru/zagadki/zagadkipro/zagadki_pro_katok.html)

[**http://goo.gl/TT48va**](http://goo.gl/TT48va)

**Шаг 4.“ЗИМНИЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ”**

Конечно, Олимпийским играм можно посвятить очень много времени, рассказывая про историю возникновения игр (посмотрите [**http://olimp-history.ru/node/10**](http://olimp-history.ru/node/10)), про знаменитый олимпийский огонь (видео : [**https://www.youtube.com/watch?v=-Bw1wz0ET3o**](https://www.youtube.com/watch?v=-Bw1wz0ET3o%20)**)**, почему олимпийских колец пять, а не шесть (почитайте: [**http://vseznaichik.ru/1000-voprosov-i-otvetov/sport/261-pochemu-na-olimpijskom-flage-pjat-kolets.html**](http://vseznaichik.ru/1000-voprosov-i-otvetov/sport/261-pochemu-na-olimpijskom-flage-pjat-kolets.html) ).

* Познакомиться с видами спорта, которые входят в зимние Олимпийские игры, можете здесь:

[**https://goo.gl/SFvtlT**](https://goo.gl/SFvtlT)

Уважаемые родители, посмотрите вместе с ребенком лучшие выступления наших спортсменов:

[**http://smotri.com/video/view/?id=v26986326f49**](http://smotri.com/video/view/?id=v26986326f49)

[**https://vk.com/video211443\_168688111**](https://vk.com/video211443_168688111)

[**https://vk.com/video1736142\_170994784**](https://vk.com/video1736142_170994784)

[**https://vimeo.com/86810325**](https://vimeo.com/86810325)

Наслаждайтесь и восхищайтесь красотой их движений, умением и грацией, терпением, силой, настойчивостью, стремлением к победе; не стесняйтесь вслух высказывать свои положительные эмоции, впечатления, тогда и ребенок будет наслаждаться талантом этих людей. Возможно, именно ваш ребенок захочет повторить их успех! Полюбите спорт, и ребенок последует за вами!

Вот и закончился наш образовательный маршрут. Надеемся, что он помог вам узнать больше о зимних видах спорта.

**До новых встреч!**

