

Практические советы для родителей

Как подобрать для ребёнка лыжи и санки

Замерзли лужи. Выпал первый снег. Очень обрадовались малыши. Скоро можно будет кататься на санках и лыжах. Пора готовить санки и лыжи. Но как их выбрать?

Выбрать **санки** очень просто —

Были бы они по росту,

Полоз крепкий и прямой. Нравится? Неси домой!

Выбрать лыжи труднее. Выбирайте их внимательно, не торопитесь. Лыжи должны быть прямые, с ровной поверхностью. Очень важно выбрать лыжи и палки по росту вашего ребенка.

Перед тем, как встать на лыжи,

Посмотри на них поближе —

Надо руки вверх поднять

И по росту подбирать.

Лыжи, палки ты измерил,

Кольца, петли все проверил.

Пусть ваш ребенок поднимет руку вверх. Если он достал до носка, такие лыжи ему в самый раз, а длина палок — до уровня плеча.

Трудно ходить на слишком длинных или коротких лыжах.

Быстрый бег не получился,

Мальчик в снег вдруг провалился.

В чем причина? Очень просто!

Лыжи много меньше роста.

Малыш шагает по дороге,



С трудом переставляет ноги.

В чем причина? Очень просто!

Лыжи много больше роста.

На таких лыжах ваш малыш далеко не уедет, да и с горки может упасть.

На палках должны быть прочные кольца. Они не дают палкам глубоко проваливаться в снег. Петли на палках так же нужны. Без них трудно сильно оттолкнуться или даже можно не удержать палку в руке и потерять при спуске.

Если ты собрался в путь.

Про крепления не забудь.

Крепления могут быть металлические «жесткие» — для лыжных ботинок, «мягкие» — для валенок. Для малыша подойдут самые простые крепления к лыжам, т. е. носковый и пяточный ремень для обуви, чтобы лыжи не сваливались. Лучше, если пяточный ремень будет из полоски резины (от старой велокамеры или кусочек резинового бинта). С такими креплениями ребенок сам сможет легко надеть лыжи!

Удачи Вам!