PATEIKĖ
Irmgard

ON
2016-04-06

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Riedučių sportas



Riedučių sportas suteikia daug galimybių sporto pamokas paversti patraukliomis, įtraukiant žaidimus ir pramogas.

Posūkiai, piruetai, šuoliai, triukai ir riedučių ritulys – visa tai daro riedučių sportą itin įdomiu ir įvairiapusišku užsiėmimu. Ugdomi ir tobulinami koordinaciniai įgūdžiai, o fizinę būklę galima gerinti sąnariams nekenkiant.

Svarbu

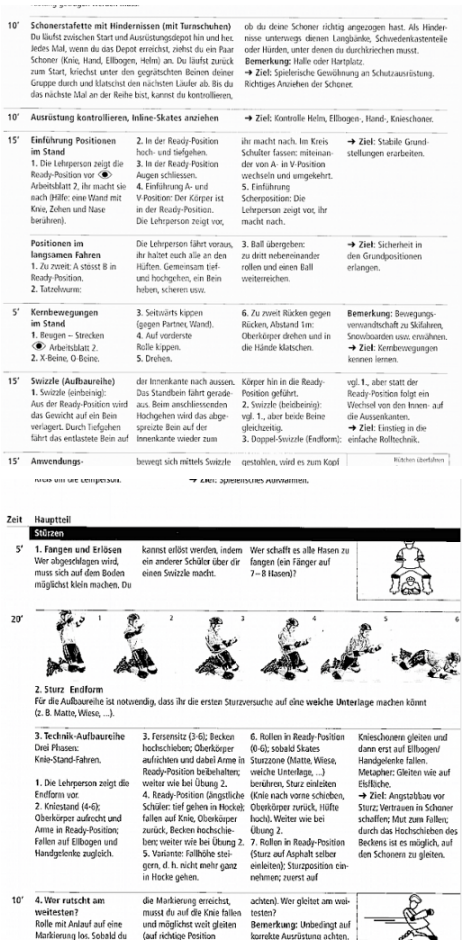
- Prie riedučių priekio ir galo priklijuokite šviesą atspindinčias juosteles. Naktį turėkite baltą šviesą, šviečiančią į priekį, ir raudoną šviesą, šviečiančią į galą, kad jus būtų lengva pastebėti. Jas galima pritvirtinti prie drabužių.
- Riedėkite tik eismo neturinčiose aikštėse, šaligatviuose, pėsčiųjų ir dviračių takuose.
- Važiuokite mažo eismo intensyvumo šalutinėmis gatvėmis tik tuo atveju, jei nėra šaligatvių, pėsčiųjų ir dviračių takų palei kelią.
- Laikykitės ženklo „draudžiama važiuoti transporto priemonėms prilygstančiais įrenginiais“ ir „draudžiama eiti pėstiesiems“.
- Stabdžiai ir „deformacijos zona“ yra svarbi avarijų prevencijos dalis! Būtinai užsidėkite alkūnių ir kelių apsaugas.

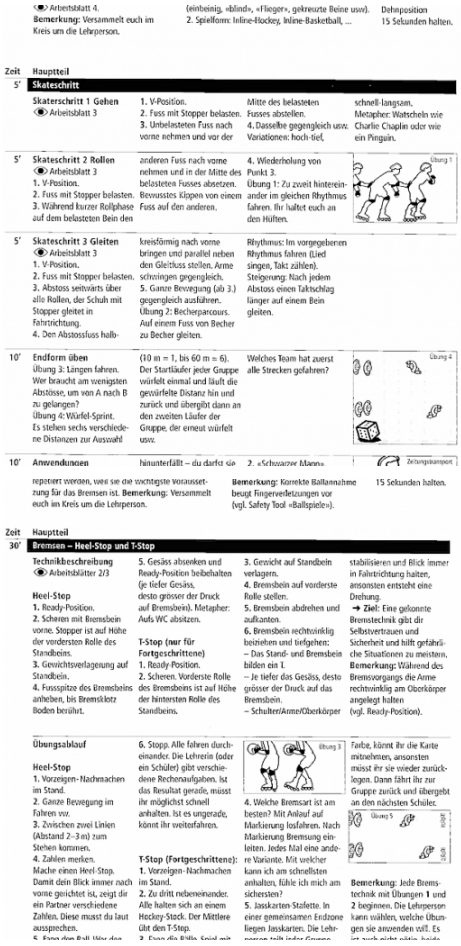


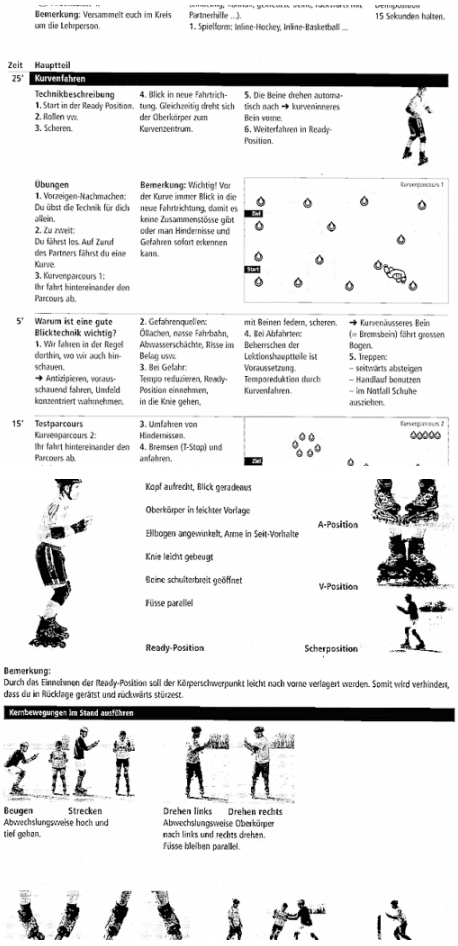
YoungstarsWiki.org

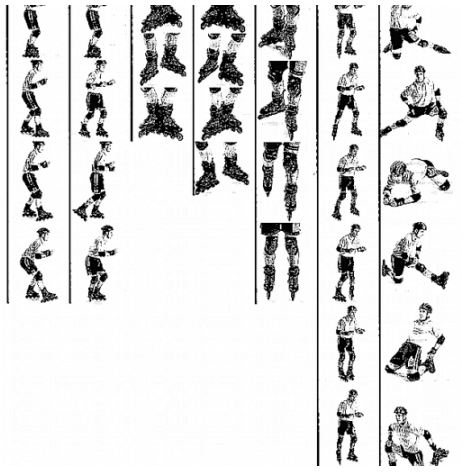
Straipsnio pradžia

Nuotraukos, susijusios su: pagrindais, važiavimu, posūkiais, kritimais, stabdymu, technika, nuotraukų serija









Šaltinio nuoroda:
Turinys ir vaizdai: Šveicarijos nelaimingų atsitikimų prevencijos taryba, bfu, Bernas. **Autorinės teisės:** www.safetytool.ch erz [at] bfu.vh (www.bfu.ch erz[at]bfu[dot]vh)

„Saugos įrankis“ buvo sukurtas kaip Reto ir Rainerio Langeneggerių gimnastikos mokytojų diplominio darbo dalis, bendradarbiaujant su „Jugend+Sport“

taip pat žr.: SISA Šveicarija. Riedučių tvirtinimas www.inlineinstruktoren.ch

Weitere Informationen

Kategorijos
Žaidimai ir užsiėmimai

Žymos
Riedučių sportas
Sportas
Kūno kultūros pamokos
Žaidimas
Judėjimo žaidimas

Dalyvių skaičius
Duomenų nėra.

Biblija
Šios informacijos trūksta.

Trukmė
Duomenų nėra.

Medžiaga
Beveik be jokių pastangų

Failų atsisiuntimas
Galima atsisiųsti failą

KI Generierter Inhalt
Turinys
Kategorijos
Žymos
Dalyvių skaičius
Biblija
Trukmė
Medžiaga

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/lt/wiki/art/rieduciu-sportas