



90 WGZ Dzielne Fenixiątka

sprawność

indywidualna

Saneczkarz

1. Umiem kierować sankami.
2. Konserwuję i naprawiam swój sprzęt.
3. Jeżdżę na bezpiecznych górkach, odradzam kolegom jazdę w miejscach niebezpiecznych. Wymyśliłem własny, bezpieczny sposób zjeżdżania na sankach.
4. Odpowiednio się ubieram wychodząc na sanki.
5. Narysowałem plan bezpiecznej góry, gdzie wyznaczyłem podejścia dla saneczkarzy, zjazdy dla bardziej lub mniej zaawansowanych, poczekalnię dla rodziców. Uwzględniłem bezpieczną odległość do ulicy, chodników, płotów, drzew.
6. Brałem udział w zawodach saneczkowych.
7. Urządziłem pokaz jazdy na sankach (jazda w różnych pozycjach, w kuligu, slalomem, zaprzęgiem).
8. Zorganizowałem dla gromady wyścigi saneczkowych zaprzęgów.



UWAGI

- Sprawność kształtuje: zwinność, zręczność oraz ogólną sprawność fizyczną.
- Zucha zdobywającego sprawność „Saneczkarza” należy uczulić przede wszystkim na bezpieczeństwo jazdy i to nie tylko osoby jeżdżącej, lecz także otoczenia. Sanki to doskonała zimowa zabawa, szczególnie gdy bierze w niej udział grupa dzieci. Dlatego może warto pokusić się o zespołowe zdobywanie sprawności albo wykorzystać do wspólnej zabawy umiejętności kilku (a nawet jednego) z zuchów – saneczkarzy.
- Zadania wykonane przez zucha można wykorzystać podczas zdobywania sprawności: „Olimpijczyk”, „Sportowiec”, „Człowiek zimy”, „Eskimos”.
- Aby dalej rozwijać zainteresowania zucha sportem można mu wskazać sprawności: „Łyżwiarz”, „Narciarz” oraz inne sprawności sportowe.