

Подготовила: воспитатель подг.гр.  
ГРИЩЕНКО Л.П.



**Детский проект  
«Обруч наш  
веселый друг»**

A vertical yellow bar runs down the left side of the page. Four children and a mouse are peeking over the top edge of the bar. From top to bottom: a girl with pigtails, a boy in a red shirt, a girl with a green bow, and a girl with a mouse peeking from behind her. The background is a light yellow gradient with a decorative gold border at the top.

## **Актуальность проекта:**

**Почти у каждого из нас в детстве был спортивный обруч. Мы часами стояли на улице вместе с друзьями и соревновались в ловкости: крутили обруч на руках, коленках, бёдрах, не задумываясь о том, что это не просто весёлая игра, но и замечательные оздоровительные упражнения. Современные дети встречаются с обручем зачастую только на физкультурных занятиях в детском саду и мало знакомы с разнообразием игр и упражнений с обручем.**

**Решением этой проблемы заинтересовались дети моей группы.**



**ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:** Расширять умения детей использовать обручи для развития и укрепления мышц разных частей тела.

**ПРОБЛЕМА:** Современные дети не знают, что разными по диаметру и материалу обручами, можно укреплять мышцы разных частей тела. И как обруч можно использовать в игре и спортивных упражнениях.

**ЗАДАЧИ:**

1. Показать детям какую роль играют мышцы для развития двигательной деятельности человека и зачем их надо тренировать.
2. Расширить знания детей о разнообразии обручей.
3. Использовать полученные навыки для самостоятельного выполнения упражнений и игр с обручами.
4. Воспитывать у детей стремление к здоровому образу жизни и желание самостоятельно заниматься спортом.



**С 18 по 28 марта собирала копилку с материалами об обруче, куда вошли детские рисунки, статьи об обруче, фотографии. Рассуждали и обсуждали значение обруча все дружно, апробировали разнообразные упражнения с обручем и изобрели новый комплекс утренней гимнастики.**





*«Обруч наш весёлый друг.  
И когда пойдём гулять -  
Будем обруч с собой брать»*





**Если обруч на руке кручу,  
Мышцы рук я укрепить хочу.**



**Если обруч я кручу на шее,  
Будут крепкими мышцы шеи.**





Обруч я на талии кручу,  
Очень стройной быть хочу!





**Обруч можно не только крутить,  
мы придумали интересные упражнения и игры.**

