

Автор: воспитатель группы №6  
Алла Ивановна Заяц  
Инструктор по физической культуре  
Ольга Васильевна Балаклеец



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

A vertical line runs down the left side of the page. Five children and a dog are peeking over it from the left. From top to bottom: a girl with pigtails, a boy with a red shirt, a girl with a green bow, a girl with a green bow, and a small dog. The background is a gradient from light pink at the top to yellow at the bottom.

## **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 и инструктор по физическому воспитанию нашего детского сада Балаклеец Ольга Васильевна.**



**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 5 по 9 июня дети и родители собирали копилку с материалами об обруче, куда вошли детские рисунки, статьи из журналов и газет об обруче, фотографии. А затем создали модель применения обруча для развития разнообразных мышц. Рассуждали и обсуждали значение обруча все дружно, апробировали разнообразные упражнения с обручем и изобрели новый комплекс утренней гимнастики.**





**А 9 июня прошла яркая презентация проекта. На презентацию мы пригласили детей другой группы и им рассказали все, о чём узнали на проекте. Ребята в стихотворной форме рассказали обо всех этапах проекта. И с помощью картинок – схем показали интересные упражнения и игры с обручами, для укрепления различных групп мышц, с музыкальным и художественным оформлением, представили новый комплекс утренней гимнастики с обручем и новые подвижные игры. Ликовали и зрители и участники!**

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

**- делились своими впечатлениями после презентации дети.**

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.**

