

# СЕРСО В ДЕТСКОМ САДУ

**«Серсо» по-французски – обруч. В детском саду игры в серсо рекомендуется использовать начиная со старшей группы.**



# Немного истории

- **Серсо** (фр. *cerceau*) — игра в обруч, который особой палочкой подкидывается в воздух и затем ловится на ту же палочку (или другим играющим — на свою палочку).
- В Европе В Европе эта игра известна с античных В Европе эта игра известна с античных времён. Варианты этой игры известны у многих народов Азии В Европе эта игра известна с античных времён. Варианты этой игры известны у многих народов Азии, Африки В Европе эта игра известна с античных времён. Варианты этой игры известны у многих народов Азии, Африки и Европы. В Азии игра была известна со времён Древнего Китая В Европе эта игра известна с античных времён. Варианты этой игры известны у многих народов Азии, Африки и Европы. В Азии игра была известна со времён Древнего Китая в

# Немного истории

---

- Различные версии игр с обручем встречаются в традициях разных народов. Игра, известная как hoop-and-rolе, повсеместно распространена по всей Африке.
- В Америке также существует большое количество вариантов игры с обручами из различных материалов и разных размеров.

# Немного истории

## Древняя Греция

- Катание обруча практиковалось в гимназиях, также обруч использовался для танцев. Игры с обручем стали популярной формой отдыха, однако соответствующих соревнований на крупных спортивных мероприятиях не проводилось.
- Греческие обручи, изготавливались из бронзы, железа или меди, их катали по земле палкой. Размер обруча был такой, чтобы доставать до груди игрока. Судя по рисункам на греческих вазах, палки для катания обруча были короткими и прямыми.

# Немного истории

- Игра с обручем считалась полезной для здоровья, Гиппократ Игра с обручем считалась полезной для здоровья, Гиппократ рекомендовал ее «для укрепления слабых конституций». Даже самые маленькие дети играли с обручами: это упоминается Еврипидом Игра с обручем считалась полезной для здоровья, Гиппократ рекомендовал ее «для укрепления слабых конституций». Даже самые маленькие дети играли с обручами: это упоминается Еврипидом в его трагедии Медея, в которой двое маленьких сыновей приняли смерть от рук матери, возвращаясь с прогулки, где катали обручи.
- Также обруч имел символическое значение в греческих мифах и культуре. Бронзовый обруч был одним из игрушек младенца Диониса, катание обруча — это атрибут Ганимед, часто изображается

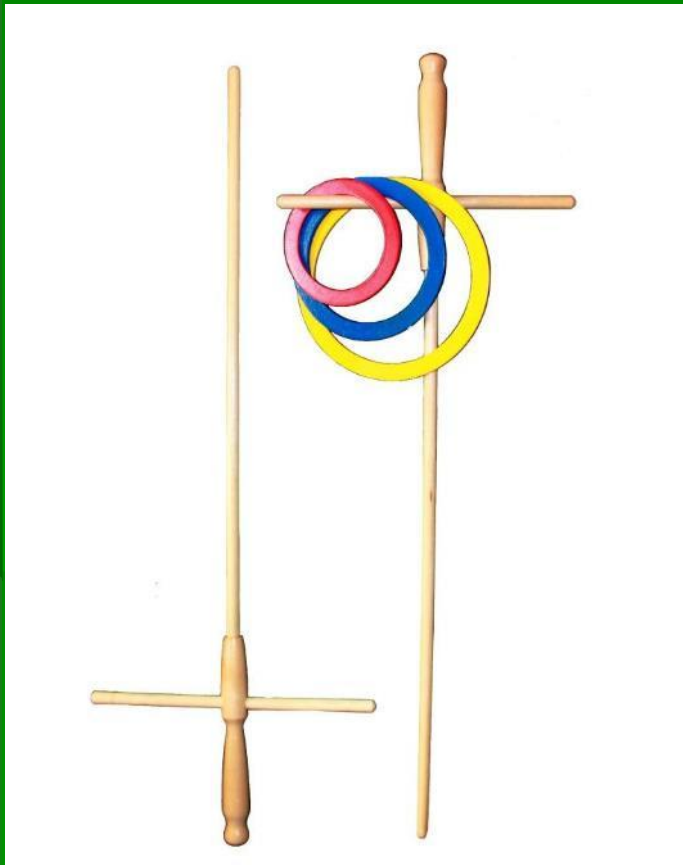


# СЕРСО

- Эта игра способствует выработке основных двигательных качеств( ловкости, силы, быстроты, выносливости) и помогает в ориентировке в пространстве, согласованности действий, тренируют вестибулярный аппарат, оказывает влияние на формирование нравственно – волевых качеств(взаимовыручки, выдержки, дисциплинированности, смелости, настойчивости и т.д.)воспитывает стремление выполнить упражнение не только правильно, но и красиво, легко, непринуждённо.



## Оборудование игры в серсо несложное: кольцо (небольшого диаметра) и шпажка



# СЕРСО

- Правила основной игры сводятся к следующему:
- Ребёнок бросает кольцо одной рукой или шпажкой партнёру, тот ловит рукой, на руку или на шпажку. Поочерёдно меняются ролями. Победитель определяется по числу пойманных колец (число устанавливается заранее)
- Надо помнить , обучение происходит от простого к сложному.

# CEPCO



# 1 группа упражнений которые проводятся без шпажки, с кольцом или малым обручем.

- Дети приобретают начальные навыки в обращении с кольцом в играх:
- 1 Прокатывании кольца на полу
- 2 Прокатывании кольца на гимнастической скамейке
- 3 Набрасывании на горизонтальные и вертикальные предметы ( неподвижные и подвижные)
- 4 Подбрасывании и ловле кольца. Захват кольца может быть снаружи и изнутри, одной и двумя руками.



## **2 группа упражнений которые проводятся с кольцом и шпажкой.**

- Дети действуют уже двумя предметами:
- 1 Прокатывают кольцо, направляемое шпажкой
- 2 Надевают кольцо на шпажку т.д.
- Игры в серсо по возможности проводят на открытом воздухе.



## Правила для детей при проведении игры в серсо.

- 1 Внимательно слушать команды и следить за всеми сигналами взрослого
- 2 Не толкаться, без суеты быстро и правильно занимать своё место в строю.
- 3 Строго соблюдать правила игры: не переступать черту, не забегать за границы площадки, не мешать детям другой подгруппы
- 4 Выручать товарища по команде(подгруппе), до конца бороться за победу.
- 5 Быть настойчивым, трудолюбивым, обращаться за помощью к товарищу, воспитателю и т.д.
- 6 Играть дружно, не сердиться на товарища, если у него что – то не получается, помочь ему.



## Правила для детей при проведении игры в серсо.

- 7 Начинать и прекращать игру( упражнение, эстафету) по первому сигналу ( команде взрослого)
- 8 Не зазнаваться, добившись победы: победил не ты один, а команда( подгруппа);не унывать, не расстраиваться в случае поражения, неудачи, вместе с товарищами разобраться в допущенных ошибках; внимательно слушать советы воспитателя.
- 
- Игры проводят в помещении или на участке. Площадка может быть асфальтированной, деревянной, земляной( без травяного покрова).
- При прокатывании кольцо или обруч малого диаметра ставят на ладонь, свободная рука поддерживает кольцо сверху и направляет его на площадку.

## Варианты упражнений при обучении игре СЕРСО

Игры и эстафеты с прокатыванием кольца:

- 1 Прокати обруч товарищу по коридору.
- 2 Прокати в воротца.
- 3 Прокати кольцо ( обруч м.) по гимнастической скамейке.
- 4 Прокати и попади.
- 5 Поймай кольцо обручем.
- 6 Догони и подхвати.
- 7 Прокати кольцо по стульям.

# CEPCO





## Варианты упражнений при обучении игре СЕРСО

- **Упражнения, игры и эстафеты с набрасыванием колец на предметы.**
- Упражнения с кольцами развивают ловкость, совершенствуют движение кисти, способствуют выработке хорошей осанки, координации движений, помогают в дальнейшем овладеть правилами игры.
- Педагог учит детей разным хватам колец: двумя руками (снаружи-сверху, снаружи-снизу, изнутри обратным хватом); одной рукой (за обод сверху, сбоку, снизу с поддержкой одной рукой)

# ВАРИАНТЫ ИГР С НАБРАСЫВАНИЕМ КОЛЕЦ НА ПРЕДМЕТЫ.

- 1 Надень кольца на руки
- 2 Набрось на колышки( напольный кольцеброс)
- 3 Набрось кольцо на руку
- 4 Попади кольцом на стойку
- 5 Кольцами в городки
- 6 Пройди по кочкам
- 7 Пробеги и набрось

# ИГРЫ С НАБРАСЫВАНИЕМ КОЛЬЦА НА ПОДВИЖНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

- 1 Попади в мишень – качалку
- 2 Набрось кольцо на юлу

## ■ ИГРЫ С ПОДБРАСЫВАНИЕМ И ЛОВЛЕЙ КОЛЕЦ

- 1 Подбрось и поймай
- 2 Поймай кольцо ( назови того кто ловит)
- 3 Перебрасывание колец друг другу ( перестрелка)
- 4 Кто дальше бросит кольцо
- 5 Набрось кольцо рукой на руку



## ■ СЕРСО

- Презентацию подготовила воспитатель по физкультуре
- Смоленская Е.В. ( 4 в .о. 1 группа)

