

Провела:
Инструктор по физической культуре
Домникова Ульяна Васильевна



Краткосрочный проект

«Обруч наш веселый друг»

A vertical line runs down the left side of the page. Four children are peeking over it from the left. From top to bottom: a girl with blonde pigtails, a boy with blonde hair wearing a red shirt, a girl with blonde hair and a green bow, and a girl with blonde hair. At the bottom, a small orange cat is also peeking over the line. 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.

A vertical illustration on the left side of the page shows four children and a cat hanging from a rope. From top to bottom: a boy with blonde hair and a green headband, a girl with blonde hair and a red shirt, a girl with blonde hair and a green headband, and a boy with blonde hair. A small orange cat is hanging from the rope at the bottom. The background is a light pink color with a decorative yellow border.

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 инструктор по ФИЗО собирали копилку с материалами об обруче, куда вошли детские рисунки, 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.**



**Ногу в обруч подними,
равновесие держи!.**



Galaxy A51



Обруч я на талии кручу,
Очень стройной быть хочу!



Galaxy A51

Мир

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

