

Тематическая неделя «Спорта».
Тематический день «Игры с обручами»
Пятница.

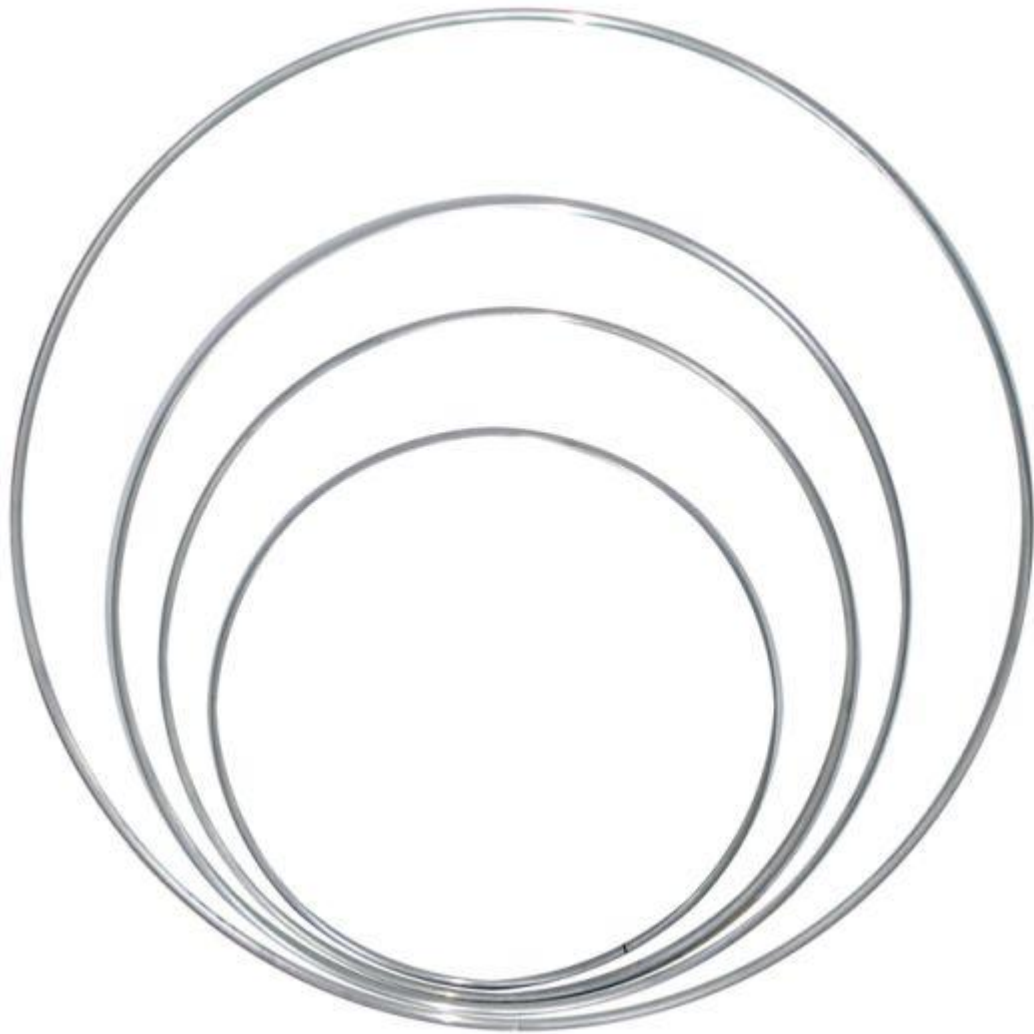
Вот и подошла наша неделя спорта к своему финишу. Мы многое узнали о спорте. А сегодня мы с вами узнаем историю возникновения обруча и много нового и интересного как с ним играть и развиваться.

История обруча

Идея создания обруча появилась еще в древние времена. Археологи находили окаменелые обручи в Египте при раскопках, те лежали в местах захоронений египетских сановников. Изображение атлета, крутящего обруч, можно увидеть на вазе, которая находится в Британском музее.



Однако известна более современная история хула-хупа. Патент на гимнастический обруч Hula-Hoop был оформлен 23 июня 1964 года Ричардом Кнерром и Артуром Мелином. Эти создатели игрушек первыми стали изготавливать хула-хупы, а затем основали калифорнийскую компанию Wham-O, название которой означало звук, издаваемый рогаткой — их первой игрушкой.

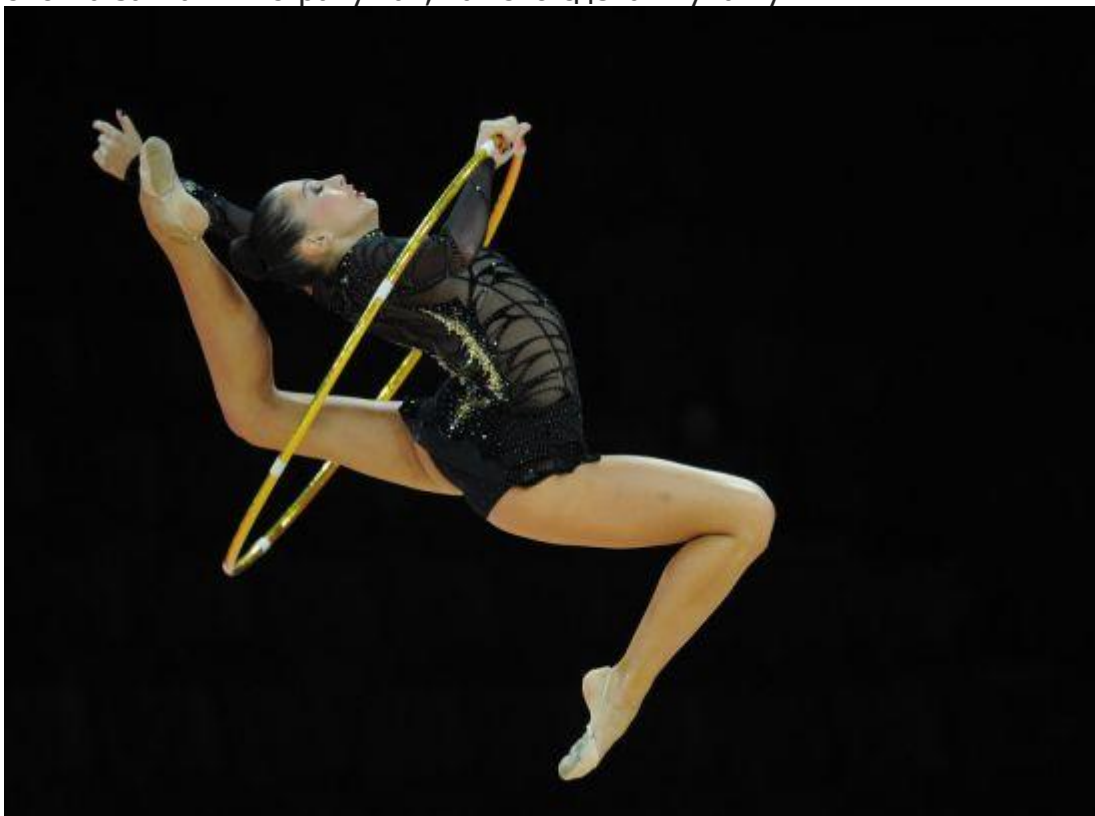


А идея хула-хупа была им подсказана заезжим жителем из Австралии. Он поведал им о бамбуковых обручах, которые дети в его стране крутят вокруг талии на уроках физкультуры. Ричардом и Артуром была разработана собственная версия

кольца, после чего в начальной школе г. Пасадена ими были проведены первые испытания. Детям были обещаны обручи в подарок в том случае, если они научатся их хорошо крутить.

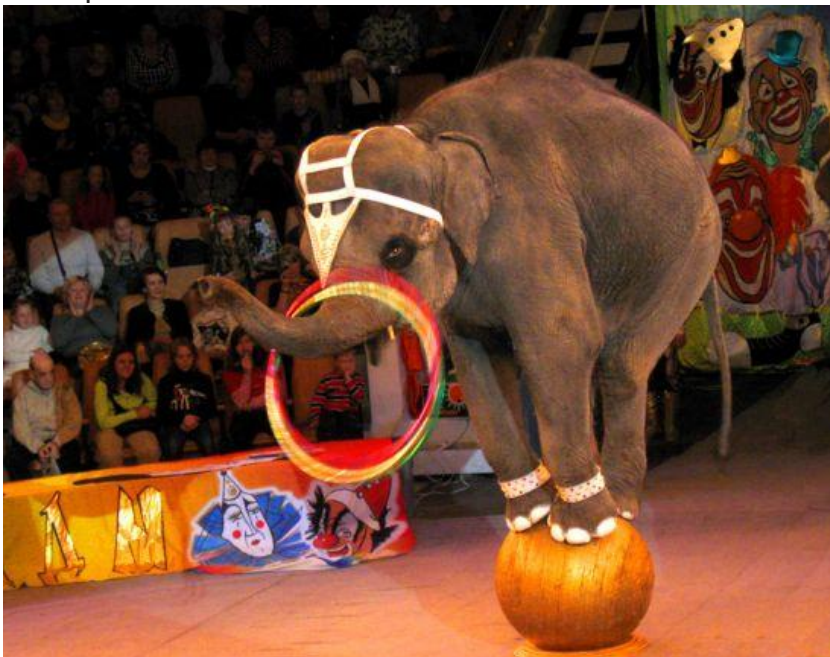


Название обручу дали Hula-Hoop. Ему достаточно быстро удалось приобрести популярность и завоевать рынок. В книге Ричарда Джонсона «Американские причуды» (1985 год) автор высказывает свое мнение, что ни одна сенсация не смогла захватить страну так, как это сделал хула-хуп.





Компании Wham-O удавалось производить до 20 000 хула-хупов в день, дела ее пошли высоко в гору, она располагала фабриками в 7-ми странах. Многим компаниям понравилась новая идея, и они тоже начали выпуск хула-хупов своих модификаций. 25 млн. гимнастических обручей было продано всего за четыре месяца.



Появление хула-хупа в России относится к 60-м годам. Встречен он был, однако, с прохладным безразличием и был воспринят, как предмет, символизирующий пустоту американской культуры.



Как цирковое искусство, хула-хуп приобретает популярность в Болгарии в 90-е годы. Там впервые стали крутить обручи по всему телу на определенной дистанции. В дальнейшем хула-хуп пришел в Россию уже с бродячими цирками и стал популярен.

<https://история-вещей.рф/sportinventar/istoriya-obrucha.html>

Его ценил даже Гиппократ

Считается, что знакомый всем нам обруч, который принято вращать вокруг талии, конечностей или шеи, был изобретен в 1958 году, но на самом деле он появился гораздо раньше в разных уголках мира. Чаще всего подобные предметы делали из ивы, ротанга, виноградной лозы или даже жесткой травы.

Коренные жители Америки использовали обручи в качестве реквизита при ритуальных танцах. При помощи нескольких таких кругов одиночный исполнитель в процессе своей пляски сооружал фигуры, изображавшие животных, символы и пытался передать присутствующим некую информацию, полученную от богов.



Терапевтическое использование этого простого, казалось бы, предмета было высоко оценено медицинскими властями Восточной Римской Империи, которые рекомендовали своим гражданам прыгать и бегать через обручи. Можно себе представить, какая ловкость нужна была для таких занятий!



Обручи можно встретить на полотнах европейских художников прошлых веков.

Также есть исторические данные, что в Англии XIV века крутить на талии деревянные обручи врачи советовали пациентам, страдавшим от болей в спине и даже сердечной недостаточности. Название же «хула» (позднее трансформированное в «хулахуп») произошло от популярного в XVIII веке гавайского танца, при котором женщины делали круговые движения бедрами.

Однако в прошлые века увлечение обручами было точечным: оно возникало в разных странах, но не была массовым, общим.

Только в конце 1950-х годов обруч получил международную известность, когда калифорнийской компанией Wham-O toy была представлена и успешно продана его пластиковая версия. Взяв за основу австралийские бамбуковые обручи, Ричард Кнерр и Артур Мелин изготовили аналоги из

пластика. Их пустили в продажу в июле 1958 года, и менее чем за четыре первых месяца было распродано двадцать пять миллионов хулахупов. За первые два года производители реализовали 100 миллионов штук, компания Carlon Products Corporation (один из первых производителей таких обручей) выпускала более 50 000 единиц товара в день. Это был, поистине, хулахуповый бум!



В 1958 году, когда было налажено массовое производство хулахупов, мода охватила весь мир. /Фото: George Garrigues

Увлечение модой крутить обручи охватило мир более чем на двадцать лет, и только в 1980-х пошло на спад. Однако в Китае и России обручи в конце века продолжали быть популярными у всех слоев населения, их также использовали цирки и гимнасты.

В 1999 году пластиковый обруч был даже включен в Национальный Зал славы игрушек в Рочестере (штат Нью-Йорк).

Безобидная игра или бедствие?

Необычайно популярной игрой в разных странах испокон веков был так называемый хуп-роллинг (hoop rolling). Это простая забава, в процессе которой человек катает обруч по земле с помощью палки или другого предмета. И любопытно, что возникла она одновременно в Азии, Африке и Европе (только в разных вариантах). Первые данные о хуп-роллинге были зафиксированы в Греции в V веке до нашей эры. Некоторые историки считают родиной этой игры Китай, где она возникла якобы на несколько веков раньше, однако точных данных на этот счет нет.

В Древней Греции обруч назывался «крикои», а палка – «элатер». Эта игра была необычайно популярна среди молодежи, и даже сам отец медицины Гиппократ рекомендовал хуп-роллинг в качестве полезного упражнения физически слабым людям для укрепления мышц.

Поражает разнообразие обручей той эпохи и их символическое значение. Например, обручи, сделанные из бронзы, как правило, были связаны с Дионисом.



Согласно мифам, греческий бог катал эти круги в младенчестве, как и любой другой малыш. Кстати, Ганимед (смертный, который, благодаря

своей необычайной красоте был выбран Зевсом в качестве виночерпия и получил от него в дар вечную юность), также изображался древними греками как молодой человек, катящий обруч.

Сменились эпохи, и эстафетную палочку переняли римляне – греческий обруч они стали называть «трох» и высоко ценили этот предмет. Вместе с тем они внесли в популярную игру некоторые изменения. Палка, известная в Древнем Риме как «клавис» или «радиус», у них имела форму ключа и была сделана из металла. Кроме того, на ней присутствовала деревянная ручка.

В плане конструкции обруча римляне также продвинулись вперед: если греки использовали бронзу, железо или медь, то римляне знали, что колесо должно быть легче, но в то же время обладать прочностью – тогда оно будет лучше и быстрее катиться. Они решили изготавливать обручи с металлическими кольцами, которые свободно скользили по ободу.

Будучи милитаризованным обществом, римляне воспринимали эту игру не в качестве развлечения, а практиковали ее как тренировочное упражнение. Они катили обруч и бросали через него копье или палку, тем самым улучшая свои боевые навыки.

После падения Западной Римской Империи эта практика была принята и Византией, где она приобрела популярность как среди детей, так и среди взрослых.

Если перенестись в Англию XV века, то можно заметить, что там катание обруча тоже было очень популярной игрой. Уметь манипулировать кругом при помощи палки считалось обязательным среди 12-летних мальчиков. Иногда к такому обручу с внутренней стороны прикрепляли пару оловянных квадратных пластин, чтобы во время движения круга раздавался звон.

В Лондоне XIX века улицы буквально кишели детьми, гонящимися за обручами и друг за другом. Эта практика была частью обязательного физического воспитания девочек наряду с прыжками на скакалке и упражнений с гантелями.

Естественно, такая мода стала большой неприятностью для пожилых людей, которые не могли понять этой шумихи и просто боялись лишней раз пройти по улице, чтобы не быть сбитыми орудием ватагой ребятишек с обручами. Дошло до того, что в конце 1840-х годов эту тему подняли журналисты. В одной из газет вышла статья под названием *The Hoop Nuisance* («Неприятности от обруча»), в которой была озвучена идея противников хуп-роллинга, призывающая запретить игру. Свое возмущение они объясняли тем, что очень часто на улицах стали происходить наезды обручами на случайных пешеходов, что якобы

оборачивалось серьезными травмами. В нескольких случаях полиции даже пришлось конфисковать обручи у особо разыгравшихся подростков.

В Викторианскую эпоху общество оказалось четко разделено на две группы – сторонников и противников хуп-роллинга. Это стало доходить до абсурда, и многие писатели не упустили возможности высмеять людей, лоббировавших принятие закона, запрещающего это популярное хобби. К примеру, группа авторов опубликовала статью в журнале *Christian Remembrancer*, в которой были такие слова в адрес оппонентов: «Действуйте! С педантичной точностью регулируйте крики младенца в колыбели, смех мальчика, бормотание беззубого старика...».



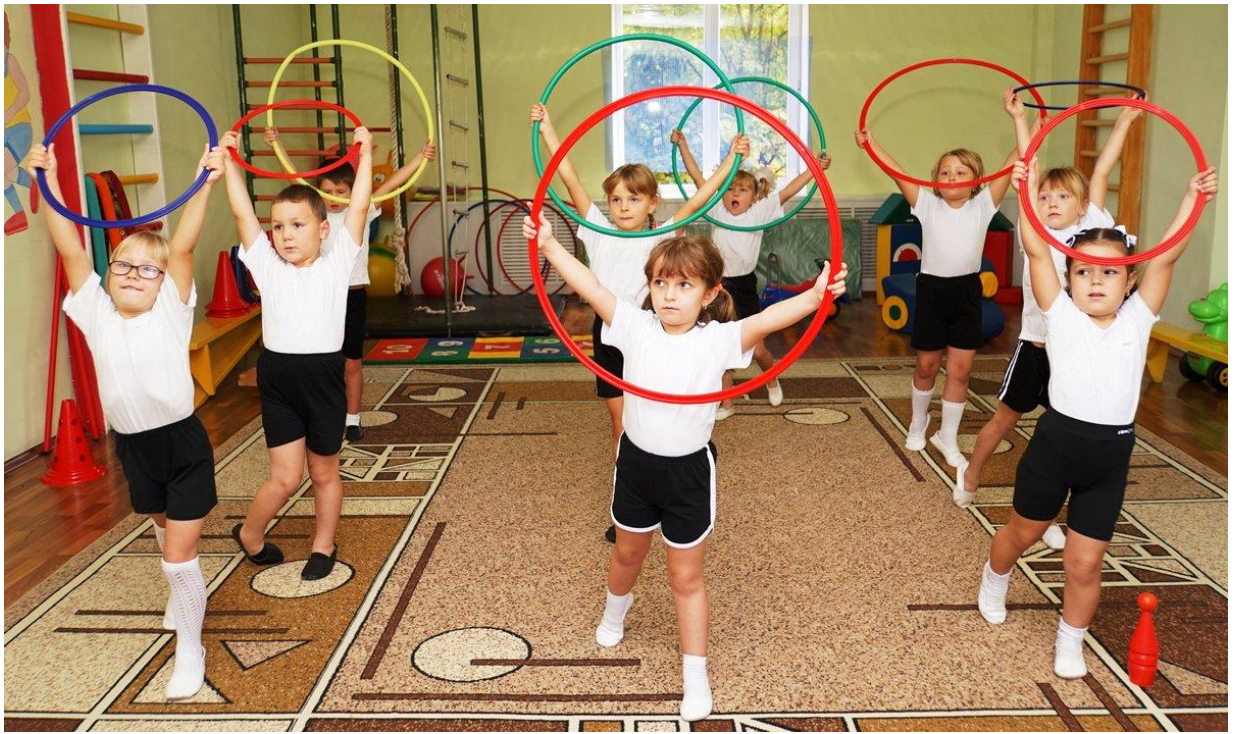
Дети играют в хуп-роллинг в Торонто. 1922 год.

К счастью, абсурдный закон не был принят, и к концу XIX столетия обручи продолжали катиться по улицам не только Британии, но и других стран. Кто знает, может быть, мода на эту игру еще вернется?

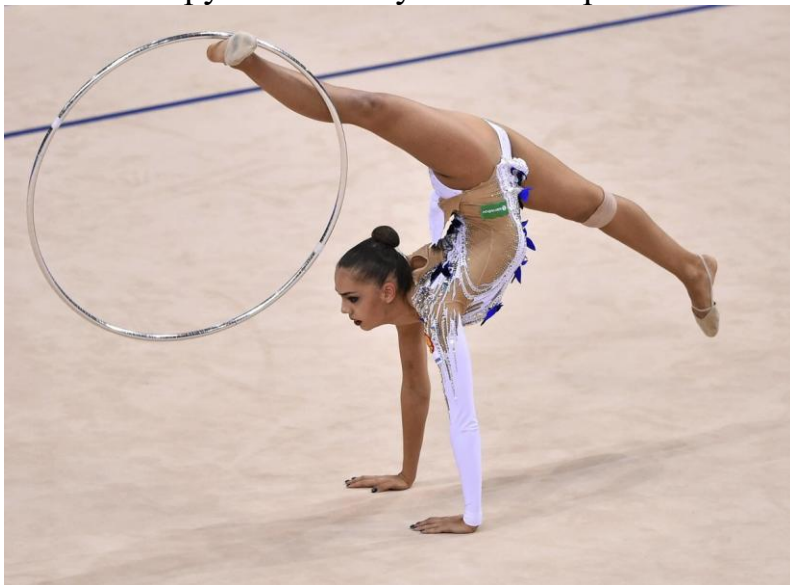
<https://kulturologia.ru/blogs/070219/42177/>

Сегодня обруч используется и в детских садах для проведения занятий и игр детей.





Так же обручи используются в спортивной гимнастике.



А сейчас мы с вами познакомимся со стихами, загадками, играми с обручем.



Я его кручу рукой,
И на шеи и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу.
(обруч)



“Попади в обруч”

(1 год 6 месяцев - 3 года)

Задачи:

Учить бросать в цель,
выдерживать направление броска,
вызывать удовольствие от выполненного движения

Содержание игры

Взрослый размещает обруч на расстоянии 1 - 1,5м
в зависимости от возраста и возможностей ребенка.

Детям предлагается бросить мяч в обруч,
затем добежать до мяча, взять его и опять бросить.



Игра «Карусели»

Масленица находится внутри обруча, к которому прикреплены разноцветные ленточки. Она держит обруч двумя руками, поворачивается по кругу, проговаривает текст стихотворения.

Ели – ели - ели - ели
Закружились карусели,
А потом, потом, потом,
Все бегом, бегом, бегом.

Тише - тише! Не спешите!
Карусель остановите!
Раз - два, раз - два!
Вот и кончилась игра!

Играющие, держась за ленточки,
под веселую музыку двигаются по кругу.
Игра повторяется несколько раз.



Непослушный обруч.

[[Владимир Савончик](#)]

Большой и круглый обруч,
Есть дома у меня.
Он очень непослушный,
Признаюсь вам друзья.
Уж я его вертела,
И эдак, и вот так.
Но он на мне крутится,
Не хочет ну никак.
Лишь только стоит руки,
От обруча убрать
Как сразу он стремится,
Куда-то вниз сбежать.
И что теперь мне делать?
И как теперь мне быть?
Как обруч непослушный
Крутиться научить?

Обруч

Буслова Светлана -Детям

Обруч девочка крутила,

И крутила, и вертела...

Накопила много силы,

Гибким, ловким стало тело.

И теперь всегда она

И красива, и стройна!

* * *

Кто тот снаряд спортивный крутит,

Тот очень стройным скоро будет... обруч

Играем в веселые подвижные игры с обручем

Игры с обручем способствуют формированию правильной осанки, улучшают состояние дыхательной и сердечно-сосудистой системы дают разностороннюю тренировку координации движения, зрительной, слуховой, моторной памяти и ловкости. Давайте играть чаще!

Соедините между собой четыре обруча так, чтобы полученная фигура была похожа на цветок. Положите ее на землю. Задание такое: нужно кидать монетки или камешки в импровизированный цветок, стараясь при этом, попасть в центр. Если попали в центр между обручами – 3 очка, если в круг одного обруча – 1 очко. Победитель тот, у кого наберется больше очков.

Взрослый держит хулахуп вертикально земли. Ребенок должен пролезть через него ногами вперед, опираясь на руки сзади. После удачной попытки задание можно усложнить – пролезть через хулахуп сначала одним боком, а потом другим.

Ребенок стоит внутри обруча и придерживает его одной рукой. Другой рукой он держит согнутую ногу. Его задача – допрыгать до финиша на одной ноге быстрее соперника.

Ребенок должен постараться попасть небольшим мячиком в центр хулахупа, который вы держите в вытянутой руке.

«Раз, два, три, из обруча беги»

Обручи раскладываются по кругу. Под музыку дети идут, перешагивая из обруча в обруч. По сигналу: «Раз, два, три, из обруча беги!» ребята разбегаются по всему залу. После слов «Раз, два, три, в обруч беги!» бегут к обручам. В каждом обруче должен быть один ребенок. При повторении игры количество обручей можно уменьшить, но в конце — положить обручи по количеству детей.

«Прокати мяч в тоннеле»

Несколько участников игры становятся в колонну на расстоянии 1 м друг от друга. В правой руке держат обруч, касаясь им пола. Остальные играющие берут мячи диаметром 15—20 см. Они по очереди наклоняются и толкают свой мяч двумя руками так, чтобы он прокатился через обруч. Затем пролезают за ним в обруч, толкая мяч в следующий обруч. При повторении игры дети меняются ролями. Ребенок, у которого мяч выкатился из тоннеля, отходит в сторону.

«Кошки-мышки»

На одной стороне зала в линию раскладывают обручи на небольшом расстоянии друг от друга — это «норки» для «мышек». На расстоянии 2—3 м от «норок» — линия, за ней живут «кошки». По сигналу: «мышки», «мышки» выбегают из норок, бегают по залу. «Кошки» в это время «спят». По сигналу: «кошки-мышки», «кошки» выбегают из-за линии и стараются поймать «мышек» (осалить рукой). А «мышки» бегут к норкам и запрыгивают в них. Затем дети меняются ролями.

«Закати обруч в ворота»

Играющие держат обруч рукой хватом сверху, становятся в одну линию. Напротив каждого играющего делают ворота шириной 60—80 см, используя любые два предмета. По сигналу дети бегут и катят обруч, толкая его правой рукой. Побеждает тот, кто ни разу не уронил обруч и закатил его в «ворота». Игру можно усложнить, если на пути к «воротам» прокатывать обруч между стойками.

«Кто быстрее переплывет на льдине»

Дети делятся на две команды. Первые игроки стоят в обручах. По сигналу они начинают перемещаться до стойки, передвигая обруч пальцами ног вперед. Заступать ногами за обруч нельзя. «Доплыв» до стойки, берут обруч

в руки и бегом возвращаются назад. Кладут обруч на пол перед вторыми игроками и встают в конец команды.

«Быстрый змей»

По команде первый игрок пары начинает катить обруч руками вперед, а второй игрок в это время пролезает сквозь обруч сначала в одну сторону, потом в другую. Докатив обруч до обозначенной линии на другой стороне зала, один игрок берет обруч, и оба бегом возвращаются назад. Передают обруч следующей паре и встают в конец команды.

«Кто быстрее пройдет по дорожке»

Дети делятся на две команды. Командам дается задание, например «В обруч смело ты шагай, четко фрукты (страны, имена) называй». По сигналу дети начинают перешагивать из обруча в обруч и на каждый шаг называют один из фруктов. Выигрывает тот, чья дорожка окажется длиннее (кто дальше пройдет от линии старта).

«Перебрось мяч сквозь обруч»

По три человека из каждой команды становятся у линии старта. По сигналу один из играющих катит обруч, двое других игроков бегут рядом друг напротив друга. Один бросает мяч через обруч, а второй игрок ловит его и бросает обратно. Тройка добегают до стойки, игроки берут мяч и обруч в руки и бегом возвращаются назад. Выигрывает та тройка, которая быстрее закончит эстафету.

«Перевези утопающего»

Дети выстраиваются у старта в две колонны. У первых игроков в руках обручи. По сигналу первый игрок с обручем в руке бежит до стойки, обегает ее, возвращается к старту и забирает игрока под вторым номером. И уже два участника соревнования бегут до стойки, обегают ее и возвращаются на старт и т.д. Побеждает та команда, которая быстрее всех перевезла «утопающих».

«Катание на лошадке»

Проводится аналогично игре «Перевези утопающего», только здесь первый игрок стоит в обруче. По команде добегают до стойки, обегают ее, возвращается к старту. Следующие игроки цепляются руками за ободок обруча, «салятся в тележку».

«Птичка и птенчики»

Дети делятся на группы по 5—6 человек. Каждая группа имеет свой домик — гнездышко (положенный на пол большой обруч). Малыши, сидя на корточ-

ках, изображают птенчиков в гнездышках, воспитатель — птичку. На слова «Полетели — полетели!» птенчики выпархивают из гнездышек и стараются улететь за кормом подальше от своего домика. На слова воспитателя «Полетели домой!» птенчики возвращаются в свои гнездышки.

«С кочки на кочку»

Дети стоят в одной стороне зала или спортивной площадки. Воспитатель раскладывает на полу (земле) обручи на небольшом расстоянии (20 см) один от другого. По сигналу педагога дети переходят на другую сторону зала, переступая из обруча в обруч.

«Кто быстрее докатит обруч до флажка»

Играющие делятся на звенья; становятся друг за другом за стартовой чертой. На расстоянии 10—15 м от них расположены флажки (кегли). Первый ребенок в каждой колонне держит в руках обруч и палочку. По сигналу воспитателя «Кати» дети с обручами в руках катят их по направлению к флажкам, подталкивая палочкой, оббегают флажок, возвращаются в свои колонны и передают обручи и палочки следующим участникам эстафеты. Как только игрок получит палочку, он сейчас же бежит к флажку, прокатывая палочкой обруч, и т.д. Игра заканчивается, когда стоявший в колонне последним выполнит задание. Выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.

<http://skazochnaya-strana.ru/advice/49-igraem-v-veselye-podvizhnye-igry-s-obruchem>