

Заняття № 52 Середня група БЖД під час заняття

ЗРВ на лаві: "Зимові розваги"

Мета заняття: учити дітей метати торбинку з піском у далину; вправляти в повзанні за рухомим предметом; закріплювати навички ходьби по гімнастичній лаві приставним кроком; розвивати спритність, рівновагу, координацію рухів; виховувати бажання дбати про своє здоров'я.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- в колону по одному
- в дві колони

Комплекс ЗРВ на лаві: "Зимові розваги"

Ходьба: звичайна чергується з різними видами ходьби, зі зміною ведучого, широким і дрібним кроком,

Біг: звичайний, з присіданням

Вправи в основних рухах:

- метання торбинку з піском у далину;
- ходьба по гімнастичній лаві приставним кроком;
- повзати за рухомим предметом;

Рухлива гра: "Мороз і піч"

Мета: закріпити уміння діяти за сигналом, бігати урозтіч, приходити на допомогу одноліткам.

Хід гри

За допомогою лічилки обирають двох ведучих — Мороз і Піч. В одному кінці майданчика стоять діти, в іншому — «Піч». «Мороз» залишається осторонь. «Піч» промовляє: Я Морозу не боюсь, З тих, хто мерзне, я сміюсь, Біля мене всі товчуться, Недарма ж я Піччю звуся. На останні слова діти біжать до «Печі», щоб заховатися за нею. «Мороз» намагається їх «заморозити»: той, кого він торкнеться рукою, завмирає на місці.

Заключна частина:

Ходьба звичайна, на носках.

Біг звичайний, на носках

Вправи на відновлення дихання