

Заняття № 57

Молодша група

БЖД під час заняття

Мета заняття: ЗРВ "Морозець"

учити дітей стрибати на місці зі зміною положення ніг; вправляти перелазити через колоду; удосконалювати навички кидати м'яч двома руками в далину; розвивати спритність, увагу, швидкість, силу, координацію рухів; виховувати інтерес до занять з фізкультури.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- в колону по одному
- в коло

Комплекс ЗРВ без предметів : "Морозець"

Ходьба: звичайна, зграйкою

Біг: у швидкому темпі

Вправи в основних рухах:

- стрибки на місці зі зміною положення ніг;
- перелазити через колоду;
- кидати м'яч двома руками в далину

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, Непарма 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, з високим підніманням колін. Біг у повільному темпі.

Вправи на відновлення дихання.