

Заняття № 63 Середня група БЖД під час заняття

ЗРВ із султанчиками "Друзі

Мета заняття: вправляти дітей в дітей ходьбі між шаблями драбини з гімнастичною палицею за плечима; закріплювати вміння стрибати через коротку скакалку; повзати по гімнастичній лаві на середніх чотирьох; розвивати спритність, рівновагу, координацію рухів; виховувати дружні стосунки між дітьми.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешиккування)

в шеренгу

в колону по одному

в дві колони

Комплекс ЗРВ із султанчиками "Друзі"

Ходьба:

звичайна чергується з різними видами ходьби,

на носках,

зі стрибками,

зі зміною темпу.

Біг: у швидкому темпі

Вправи в основних рухах:

- учити дітей ходити між шаблями драбини;
- стрибати через коротку скакалку;
- повзати по гімнастичній лаві на середніх чотирьох

Рухлива гра: «Зайці та вовк»

Мета: удосконалювати навички стрибків на обох ногах і швидкого бігу; розвивати увагу та спритність.

Обладнання: спортивний майданчик, маска вовка.

Хід гри:

На одному кінці майданчика (зали) — «ліс». З-поміж дітей вихователь обирає «вовка», який ховається за «кущем» (стілцем). Решта дітей — «зайчики» стоять на протилежному боці майданчика за лінією.

Вихователь

Ось зайчики сіренькі по лісу стрибають,

(діти бігають усім майданчиком (залом) та стрибають)

Дуже вони обережні, на вовка чекають!

Пострибали зайці трішки, та втомилася і сплять,

Тільки вушка їх довгенькі із-за кущиків стирчать.

(Діти присідають, удають, ніби сплять.)

Зайчики, поспішайте,

Вовк за деревом, тікайте!

«Зайчики» прокидаються і тікають, а «вовк» ловить їх.

Згодом обирають іншого «вовка», і гра повторюється.

Заклучна частина:

Ходьба звичайна, на носках, зі зміною ведучого.

Біг легкий із присіданням

Вправи на відновлення дихання