

Заняття № 75 Середня група БЖД під час заняття

Мета заняття: вправляти дітей в лазінні по гімнастичній стінці; удосконалювати вміння відбивати м'яч від підлоги; стрибати на одній нозі; розвивати увагу, силу, рівновагу, спритність, орієнтування у просторі; виховувати дисциплінованість .

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

в шеренгу

в колону по одному

в дві колони за напрямними

Комплекс ЗРВ «Різнокольорові метелики»

Ходьба: звичайна чергується з різними видами ходьби, по цеглинках, з високим підніманням колін;

Біг: звичайний, в колоні по одному.

Вправи в основних рухах:

- лазити по гімнастичній стінці;
- відбивати м'яч від підлоги;
- стрибати на одній нозі

Рухлива гра «Знайди собі пару»

Мета: учити дітей бігати в різних напрямках, не наштовхуватись одне на одного. Виховувати увагу, вміння орієнтуватися в просторі, слухати сигнали вихователя.

Обладнання: спортивна зала або майданчик.

Хід гри:

Діти стають парами. Вихователь каже слова:

«Кожен пару свою має,

поряд грається, гуляє.

За сигналом розійдіться,

пострибайте, посміхніться.

Майданчиком пройдіть...

Пару знов свою знайдіть!»

За умовним сигналом (удари в бубон, свисток) діти розходяться або розбігаються по майданчику. За другим сигналом - два удари в бубон – діти стають парами. Тому, хто тривалий час шукає пару, діти проговорюють: (Називають ім'я дитини), поспішай, швидше пару обирай!

Рекомендації до гри: діти стають парами і розбігаються тільки за сигналом.

При кожному повторенні гри пари міняються. Вихователіві необхідно стежити за тим, щоб діти використовували всю площу зали (майданчика), не штовхалися й швидко утворювали пари.

Заключна частина

Ходьба по мотузці, навшпиньках. Біг у повільному темпі.

Вправи на відновлення дихання