

Заняття № 76 Старша група БЖД під час заняття

ЗРВ «Павутинка»

Мета заняття: закріплювати з дітьми правила ігор; продовжувати знайомити з елементами футболу, баскетболу; продовжувати вправляти в передаванні м'яча різними способами; розвивати швидкість, спритність, уважність,; виховувати бажання займатися спортом.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

в шеренгу

направо, наліво, кругом,

в три колони через центр

Комплекс ЗРВ «Павутинка»

Ходьба:

Звичайна, на носках, на п'ятах, широким кроком, з високим підніманням колін.

Біг:

звичайний, «змійкою».

Рухлива гра «М'яч через сітку»

Мета: удосконалювати вміння кидати та ловити м'яч; розвивати швидкість і спритність.

Обладнання: спортивна зала або майданчик, сітка, м'ячі.

Хід гри:

П'ятеро-шестеро дітей стають по обидва боки сітки, натягнутої на висоті 130–150 см. Вони перекидають великі м'ячі одне одному через сітку. Дитина, спіймавши м'яч, перекидає його у зворотному напрямку своєму партнерові. На чий стороні м'яч більше разів торкався землі, той і програв.

Рухлива гра «Збий булаву»

Мета: удосконалювати вміння прокочувати м'яч обома руками знизу; розвивати спритність та окомір.

Обладнання: м'ячі, булави.

Хід гри:

Підгрупа дітей (шестеро-восьмеро осіб) стають у шеренгу вздовж риски, яку накреслено на землі. Кожний із них тримає м'яч (діаметром 10–12 см). На відстані 3–4 м від риски поставлено 6–8 булав.

В и х о в а т е л ь

У шеренгу треба стати,

Будем булаву збивати,

М'ячики свої кидайте,

Гру веселу починайте!

Діти прокочують м'ячі по підлозі обома руками, намагаючись збити булаву.

Гра повторюється з іншою підгрупою.

«ШКОЛА М'ЯЧА»

Мета: удосконалювати вміння кидати та ловити м'яч; розвивати спритність та окомір.

Обладнання: м'ячі для кожної дитини.

Хід гри:

Кожна дитина має м'яч (діаметром 12–15 см) і виконує з ним такі вправи:

1. *М'яч угору.* Підкидає м'яч і ловить обома руками (5–6 разів). Підкидає м'яч угору, плече в долоні й ловить м'яч обома руками (5–6 разів).

2. *М'яч об землю.* Кидає сильно м'яч об землю, щоб він підскочив, і ловить його обома руками. Підкидає м'яч угору і ловить обома руками після того, як він відскочить від землі (6–8 разів).

3. *М'яч об стінку.* Кидає м'яч об стінку і ловить його обома руками після відскоку. Кидає м'яч об стінку, плескає в долоні й ловить його. Кидає м'яч об стінку і ловить його обома руками після відскоку від землі (8–10 разів).

Заклучна частина: Шикування в колону. Ходьба по колу звичайна, по «пташиних слідах», у повільному темпі.