

## Заняття № 86 Середня група БЖД під час заняття

**Мета заняття:** продовжувати учити дітей бігати на коротку відстань на швидкість, стрибати навколо себе на 90 \*; закріплювати вміння у відбиванні м'яча від підлоги та ловіння його; удосконалювати вміння прокочувати м'яч обома руками знизу; розвивати окомір, увагу, рівновагу, спритність, швидкість, координацію рухів; виховувати дружні стосунки між дітьми.

**Загальнорозвивальні вправи:** (шикування та перешикування)

в шеренгу, в колону по одному, в три колони за ведучим.

**Комплекс ЗРВ** «Маленькі фізкультурники»

**Ходьба:** звичайна чергується з різними видами ходьби, з перекатом з п'яти на носок, малими та широкими кроками;

**Біг:** по колу на носках, між предметами, звичайний.

**Вправи в основних рухах:**

- бігати на коротку відстань на швидкість,
- стрибати навколо себе на 90 \*;
- відбивання м'яча від підлоги та ловіння його;
- прокочувати м'яч обома руками знизу

**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.

**Вихователь**

*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.

**Заклучна частина**

Ходьба звичайна, по ребристій дошці.

Біг у повільному темпі.

Вправи на відновлення дихання