

Заняття № 90 Молодша група БЖД під час заняття

Мета заняття: удосконалювати навички стрибати вгору з місця через мотузку; закріплювати вміння кидати м'яч обома руками вгору та ловити його; вправляти в підлізанні під мотузку; розвивати силу, спритність, рівновагу, координацію рухів; виховувати інтерес до занять з фізкультури.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

в шеренгу

в колону по одному

в коло

Комплекс ЗРВ : "Павутинка" (з павутинками)

Ходьба: звичайна, зі зміною напрямку, навшпиньках;

Біг: зграйкою, у середньому темпі.

Основні види рухів:

- стрибати вгору з місця через мотузку;
- кидати м'яч обома руками вгору та ловити його;
- підлізати під мотузку
- стрибати вгору з місця через мотузку;
- ходити по похилому буму;
- переповзати через колоду боком;

Рухлива гра «Не запізнюйся»

Мета: учити дітей ходити та бігати у різних напрямках. Виховувати увагу й розвивати спритність. Удосконалювати вміння швидко реагувати на слова вихователя та виконувати певні дії.

Хід гри

Діти сидять на стільчиках або лаві з одного боку кімнати (зали). На слова вихователя:

«Діти весело гуляли,

І таночок танцювали,

Скоки-гопки, тра-та-та,

Ось така то сміхота!» —

діти розходяться, бігають урозтіч, підстрибують. На слова вихователя:

«Нумо, друзі, час не гайте,

На свої місця сідайте!» —

діти поспішають до своїх стільців.

Заклучна частина:

Ходьба звичайна, із зупинкою. Біг зі зміною напрямку.

Вправи на відновлення дихання.