

Заняття № 91 Старша група БЖД під час заняття

ЗРВ "Веселкові обручі"

Мета заняття: вчити дітей прокочувати м'яч ногою вперед. забивати у ворота" вправляти у різних способах передавання м'яча; розвивати влучність, спритність, координацію рухів, уважність; виховувати інтерес до занять з фізкультури

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- в дві колони через центр

Комплекс ЗРВ "Веселкові обручі"

Ходьба:

звичайна чергується з різними видами ходьби,
з перекатом з п'ятки на носок
з поворотом тулуба
змійкою

Біг:

звичайний

зі зміною напрямку

Вправи в основних рухах:

прокочувати м'яч ногою вперед;

прокочування м'яча між кеглями;

забивати у ворота;

передавання м'яча в четвірках

Рухлива гра: "Збий булаву"

Мета: удосконалювати вміння прокочувати м'яч обома руками знизу;

розвивати спритність та окомір.

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.

Заключна частина:

Ходьба звичайна, на носках, зі зміною ведучого.

Біг легкий із присіданням

Вправи на відновлення дихання