

## Заняття № 96 Рухливі ігри Старша група БЖД під час заняття

### **ЗРВ "Малята-здоров'ята"**

**Мета заняття:** вправляти дітей у різних видах ходьби та бігу, закріплювати вміння метати на дальність, стрибати на обох ногах; розвивати окомір, спритність, уважність, рівновагу; виховувати сміливість, дисциплінованість

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

в шеренгу

в три колони через центр

### **Комплекс ЗРВ "Малята-здоров'ята"**

#### **Ходьба:**

звичайна чергується з різними видами ходьби, приставним кроком, ходьба між предметами, по канату

**Біг:** Звичайний

#### **Рухлива гра: «Снігові кола»**

**Мета:** удосконалювати навички метання в ціль; розвивати окомір і спритність.

**Хід гри** Дітей ділять на дві-три команди, які шикуються у колони на відстані 3–3,5 м від вертикальних щитів, на яких намальовано кола діаметром 60–80 см. Кожний із дітей має у правій і лівій руці по сніжці. За сигналом вихователя «Почали!» гравці по черзі кидають сніжки правою та лівою рукою, намагаючись заліпити коло на щиті. Виграє команда, яка першою заліпить коло.

#### **Рухлива гра: «Влуч у коло»**

**Мета:** формувати вміння кидати торбинки з піском у ціль, розвивати окомір, загальну моторику рук .

#### **Хід гри**

Діти стоять у колі. В центрі кола – обруч, на відстані від дітей 2-2,5 м. У кожної дитини маленький м'ячик. Після команди «Кидай!» діти кидають м'ячки правою рукою зверху з-за голови в обруч, намагаючись влучити в ціль. Потім збирають м'ячки і стають на свої місця. Ведучий зазначає, чий м'ячки влучили в обруч. Наступний кидок діти виконують лівою рукою. Методичні поради: перед початком гри показати, як потрібно кидати м'ячки. Відстань від цілі поступово збільшується. Можна також кидати каштани, шишки, сніжки.

Кільцекид – весела, рухлива гра для активних діточок. Вам знадобляться кілька колечок, а кілочки можна зробити з гілячок дерев

Гра розвиває спритність, окомір, влучність і терпіння, вчить рахунку.

У чому суть гри?

Гравці змагаються в тому, щоб з певної відстані закинути кільце на кілочок. І це не так просто! Адже кожне кільце потрібно накинути на певний кілочок, Перемагає самий влучний гравець, який набрав найбільшу кількість очок.

#### **Рухлива гра: «Не боюся»**

**Мета:** удосконалювати навички стрибків на місці; розвивати спритність і швидкість.

#### **Хід гри**

Діти утворюють коло на відстані витягнутих у сторони рук. Усі разом промовляють: «Не боюсь я холоду, не боюсь морозу!» Вони підстрибують на місці, розводять руки в сторони і зводять їх навхрест. «Мороз», який стоїть у центрі кола, намагається торкнутись тих, у

кого руки розведені в сторони. Кого він торкнеться, той стоїть нерухомо і не бере участі у грі. Гра завершується тоді, коли спіймано двоє-троє дітей.

**Рухлива гра:** " Баба віхола"

**Мета:** удосконалювати орієнтування у просторі; розвивати спритність.

**Хід гри**

Діти за допомогою лічилки обирають «бабу Віхолу» й стають гуртом. «Баба», осідлавши мітлу, «під'їжджає» на ній до дітей. Під час руху «Віхоли» діти промовляють слова:

Баба Віхола, сива Віхола,

На метільній мітлі приїхала.

Поле її хала, в землю дихала,

В шибки стукала, в двері смикала.

Після цих слів діти розбігаються врозтіч, а «Віхола» намагається «заморозити» якомога більше гравців. Кого вона торкнеться, той завмирає на місці та стоїть, поки вихователь не промовить слова: «Баба Віхола геть поїхала». «Заморожені фігури тануть», гра повторюється.

**Рухлива гра:** «Зайці та вовк»

**Мета:** Розвивати у дітей вміння виконувати рухи за сигналом, вправляти з бігу, в стрибках на обох ногах, у присіданні.

**Хід гри:**

Одного з гравців призначають вовком, інші зображують зайців. З одного боку майданчика зайці позначають собі місця шишками, камінчиками, з яких викладають кола або квадрати. Спочатку гри зайці стоять на своїх місцях. Вовк знаходиться з протилежного боку майданчика – в яру. Вихователь каже: «Зайчики скачуть, скок – скок – скок, на зелений лужок. Щипають травичку, слухають, чи не йде вовк». Зайці вистрибують зі своїх місць та розбігаються по майданчику. Стрибають на 2 ногах, сідають, щипають траву та оглядаються в пошуках вовка. Вихователь вимовляє слово «Вовк», вовк виходить з яру та біжить за зайцями, намагаючись зловити, торкнутися. Зайці тікають кожен на своє місце, де вовк їх вже не може наздогнати. Спійманих зайців вовк відводить до себе у яр. Після того, як вовк зловить 2-3 зайцев, обирається інший вовк.

**Малорухлива гра** «Знайди і промовчи»

**Мета:** виховувати витримку, спостережливість, орієнтування в просторі.

**Хід гри.** Діти стоять на одному боці майданчика (зали). Вихователь пропонує їм повернутися спиною і заплющити очі. У цей час вихователь ховає прапорець. За словами вихователя: «Можна шукати!» діти розплющують очі й починають шукати прапорець. Той, хто знайшов його, підходить до вихователя і повідомляє про це, а потім повертається на своє місце. Гра продовжується, поки більшість дітей не знайдуть прапорець.

**Заклучна частина:**

Ходьба звичайна, зі зміною темпу за сигналом

Біг легкий із присіданням

Вправи на відновлення дихання