

## Заняття № 54

### Молодша група

#### БЖД під час заняття

**Мета заняття:** Учити дітей стрибати через мотузки в довжину з місця; вправляти в метанні в горизонтальну ціль; учити дотримувати правил рухливих ігор; розвивати спритність, увагу, швидкість; виховувати дисциплінованість.

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

- в шеренгу
- в колону по одному
- в коло

**Комплекс ЗРВ з предметами:** "Сніжки"

**Ходьба:** звичайна, парами

**Біг:** зграйкою

**Вправи в основних рухах:**

- стрибати через мотузки в довжину з місця;
- метання в горизонтальну ціль;

**Рухлива гра:** "Через струмок"

**Опис:** Всі гравці сидять на стільцях, у 6 кроках від них кладуться 2 шнура, відстань між якими 2 метри – це струмочок. Діти мають по камінчиках – дощечках перебраться до іншого берегу не замочивши ніг. Дощечки покладені з таким розрахунком, щоб діти могли стрибнути обома ногами з одного камінчика на інший. За словом «Пішли!» 5 дітей перебираються через струмочок. Той, хто вступив ногою в струмок, відходить вбік – «сушитися». Всі діти мають перейти через струмок.

**Мета:** Розвивати у дітей спритність, вправлятися у стрибках на обох ногах, в рівновазі.

**Рухлива гра:** "Влуч у коло"

**Мета:** удосконалювати вміння метати торбинки зіском уціль. Розвивати окомір і координацію рухів, силу м'язів. Виховувати вміння вболівати за товаришів, чесність, вміння дотримуватись правил гри.

### **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, чиї 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.

### **Рухлива гра: "Не запізнісь"**

**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, на п'ятках .

Вправи на відновлення дихання