

Заняття № 55

Молодша група

БЖД під час заняття

Мета заняття: ЗРВ "Морозець"

Учити дітей перелазити через колоду; ходити по ній в упорі стоячи на колінах; кидати м'яч двома руками в далину; розвивати спритність, увагу, швидкість, силу, координацію рухів; виховувати інтерес до занять з фізкультури.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- в колону по одному
- в коло

Комплекс ЗРВ без предметів : "Морозець"

Ходьба: звичайна, навшпиньках

Біг: в середньому темпі

Вправи в основних рухах:

- перелазити через колоду;
- ходити по колоді в упорі стоячи на колінах;
- кидати м'яч двома руками в далину

Рухлива гра: "Мороз і піч"

Мета: закріпити уміння діяти за сигналом, бігати урозтіч, приходити на допомогу одноліткам.

Хід гри

За допомогою лічилки обирають двох ведучих — Мороз і Піч. В одному кінці майданчика стоять діти, в іншому — «Піч». «Мороз» залишається осторонь. «Піч» промовляє: Я Морозу не боюсь, З тих, хто мерзне, я сміюсь, Біля мене всі товчуться, Недарма ж я Піччю звуся. На останні слова діти біжать до «Печі», щоб заховатися за нею. «Мороз» намагається їх «заморозити»: той, кого він торкнеться рукою, завмирає на місці.

Заклучна частина:

Ходьба звичайна, зграйкою.

Вправи на відновлення дихання