

## Заняття № 55 Старша група БЖД під час заняття

### ЗРВ "Малята-здоров'ята"

**Мета заняття:** вправляти дітей у перестрибуванні через колоду; вчити підніматися та спускатися по похилій дошці; закріплювати вміння кидати м'яч у сітку; розвивати окомір, спритність, уважність; виховувати сміливість.

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

- в шеренгу
- в три колони через центр

### Комплекс ЗРВ "Малята-здоров'ята"

#### Ходьба:

звичайна чергується з різними видами ходьби,  
широким кроком  
між предметами

#### Біг:

звичайний  
урозтіч за сигналом

#### Вправи в основних рухах:

- перестрибувати через колоду;
- підніматися та спускатися по похилій дошці;
- кидати м'яч у сітку

#### 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.

Полям їхала, 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.

#### Заклучна частина:

Ходьба звичайна, зі зміною темпу за сигналом

Біг легкий із присіданням

Вправи на відновлення дихання