

Заняття № 60 Середня група БЖД під час заняття

ЗРВ "Вітерець - пустунець"

Мета заняття: удосконалювати вміння кидати та ловити м'яч, уміння лазити по гімнастичній стінці та перелазити через гімнастичну лаву; розвивати швидкість і спритність; виховувати інтерес до занять з фізкультури

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешікування)

- в шеренгу
- в колону по одному
- в коло

Комплекс ЗРВ "Вітерець - пустунець"

Ходьба:

звичайна чергується з різними видами ходьби, на носках, зі стрибками, зі зміною темпу.

Біг: у швидкому темпі

Вправи в основних рухах:

- кидати та ловити м'яч;
- лазити по гімнастичній стінці;
- перелазити через гімнастичну лаву

Рухлива гра: « Лови, кидай, падати не давай»

Мета: удосконалювати вміння кидати та ловити м'яч; виховувати увагу та спостережливість.

Хід гри

Діти стоять у колі, вихователь — у центрі з великим м'ячем. Він кидає м'яч то одній, то іншій дитині.

Вихователь

В мене є веселий м'ячик, Він літає, він і скаче.

М'ячик наш лови, кидай, Але падати не давай!

Діти ловлять м'яч і знову кидають вихователеві, який у цей час промовляє: «Лови, кидай, але падати не давай!»

Через деякий час вихователь промовляє:

Дружно дітоньки усі, Пострибайте, як м'ячі!

Діти стрибають на обох ногах, наближаючись до вихователя. Він піднімає м'яч над головою і промовляє:

Треба вам усім тікати, М'ячик буде доганяти!

Діти тікають, а вихователь кидає м'яч об землю, ловить його, і гра повторюється.

Заклучна частина:

Ходьба звичайна, на носках, зі зміною ведучого.

Біг легкий із присіданням

Вправи на відновлення дихання