

Заняття № 75 Старша група БЖД під час заняття

ЗРВ «Павутинка»

Мета заняття: вправляти дітей в стрибках у довжину та метання мішечків в ціль, ходьбі по гімнастичній лаві різними способами; розвивати швидкість, окомір, спритність, уважність,; виховувати бажання займатися спортом.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- направо, наліво, кругом,
- в три колони через центр

Комплекс ЗРВ «Павутинка»

Ходьба:

Звичайна, на носках, схресним кроком, на карачках, з високим підніманням колін.

Біг:

звичайний, у швидкому темпі.

Вправи в основних рухах:

- стрибки у довжину;
- метання мішечків в ціль;
- ходьба по гімнастичній лаві різними способами

Рухлива гра: «Хто перший»

Мета: удосконалювати навички швидкого бігу; розвивати швидкість і спритність.

Хід гри

На одному боці зали (майданчика) на стільцях кладуть 4–5 прапорці. На протилежному — стоять п'ятеро дітей, які вишикувані у шеренгу проти стільців. За командою вихователя «Раз, два, три — біжи!» діти біжать до свого прапорця, беруть його і піднімають, потім кладуть на місце. Виграє той, хто першим підняв прапорець. Потім діти повертаються на свої місця, виходить інша підгрупа. Гра завершується, якщо в ній візьмуть участь усі діти.

Заклучна частина: Шикування в колону. Ходьба по колу звичайна, по «пташиних слідах», у повільному темпі.