

## Заняття № 77 Середня група БЖД під час заняття

**Мета заняття:** продовжувати вчити дітей кидати малий м'яч у горизонтальну ціль правою та лівою рукою; закріплювати вміння ходити по гімнастичній лаві, переступаючи через предмети; вправляти в переплигуванні з ноги на ногу; розвивати рівновагу, окомір, влучність, спритність; виховувати самостійність, сміливість.

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

в шеренгу

в колону по одному

в дві колони за напрямними

**Комплекс ЗРВ** «Різнокольорові метелики»

**Ходьба:** звичайна чергується з різними видами ходьби, між кеглями, приставним кроком;

**Біг:** звичайний, у різному напрямку.

**Вправи в основних рухах:**

- кидати малий м'яч у горизонтальну ціль правою та лівою рукою;
- ходити по гімнастичній лаві, переступаючи через предмети;
- перестрибувати з ноги на ногу

**Рухлива гра** «Кеглі»

**Мета:** удосконалювати вміння прокочувати кулі однією рукою; розвивати окомір і влучність.

**Обладнання:** кулі, кеглі.

**Хід гри:**

Кеглі розставляють на рівному майданчику за 15–20 см одна від одної у 2–3 ряди по 3–4 штуки.

На відстані 3–3,5 м від кеглів проводять лінію. Діти по черзі з кулькою в руках стають на визначену лінію і сильним поштовхом котять кульку по рівній доріжці, намагаючись збити кеглі. Якщо вдається збити кеглю, дитина котить кулю вдруге, але вже лівою рукою, а потім передає іншому гравцеві. Виграє дитина, яка збила найбільшу кількість кеглів.

**Рекомендації до гри**

Кулю необхідно прокочувати, не виходячи за лінію. Той, хто прокочував кулю, ставить на місце збиті кеглі та підбирає кулі. Відстань до кеглів можна поступово збільшувати.

рухливі ігри зі стрибками

**Заклучна частина**

Ходьбаміж мотузками. Біг у повільному темпі.

Вправи на відновлення дихання