

Заняття № 90 Середня група БЖД під час заняття

Мета заняття: вправляти дітей у пролізанні в обруч та перелазінні через колоду боком (40 см); закріплювати вміння метати в горизонтальну ціль; закріплювати навички ходьби по похилій дошці 15 см; розвивати рівновагу, влучність, окомір; виховувати дружні стосунки між дітьми.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешиккування)

в шеренгу, в колону по одному, в три колони за ведучим.

Комплекс ЗРВ «Птахи»

Ходьба: звичайна чергується з різними видами ходьби, між предметами, приставним кроком, з високим підніманням колін.

Біг: звичайний, галопом.

Вправи в основних рухах:

- пролазити в обруч перелазити через колоду боком (40 см);
- метання в горизонтальну ціль;
- ходьба по похилій дошці 15 см

Рухлива гра «Не дзвони»

Мета: увагу. удосконалювати навички підлізати під шнур; розвивати спритність

Обладнання: мотузка, дзвоник, іграшки.

Хід гри:

На двох стояках на висоті 50–60 см натягнуто шнур, до якого підвішено дзвоник або брязкальце. За шнуром (на відстані 2–3 м) покладено різні іграшки, по одній на дитину: м'яч, обручі, кубики, прапорці тощо. Діти по п'ять-шість осіб підходять до шнура і підлізають під нього таким чином, щоб не зачепити дзвіночка або брязкальця. Потім плескають у долоні над головою. Кожний обирає собі іграшку. Під мотузкою необхідно пролізти таким чином, щоб не зачепити брязкальце.

Рекомендації до гри: при кожному повторенні гри вихователів слід пропонувати змінювати спосіб підлізання (*правим і лівим боком, грудьми вперед*). Після кількох повторень гри завдання можна ускладнити: після підлізання під шнур діти проходять по дошці, яку покладено на підлогу; виконують 3–4 стрибки на обох ногах, просуваючись до іграшок.

Заклучна частина

Ходьба звичайна, зі зміною напрямку.

Біг у повільному темпі, із зупинкою.

Вправи на відновлення дихання