

Заняття № 99 Молодша група БЖД під час заняття

Мета заняття: Учити дітей стрибати через мотузки в довжину з місця; вправляти в метанні в горизонтальну ціль; учити дотримувати правил рухливих ігор; розвивати спритність, увагу, швидкість; виховувати дисциплінованість.

Загальнорозвивальні вправи: (шикування та перешикування)

- в шеренгу
- в колону по одному
- в коло

Комплекс ЗРВ з предметами: "Музичні іграшки"

Ходьба: звичайна, парами

Біг: зграйкою

Вправи в основних рухах:

- стрибати через мотузки в довжину з місця;
- метання в горизонтальну ціль;

Рухлива гра: "Через струмок"

Опис: Всі гравці сидять на стільцях, у 6 кроках від них кладуться 2 шнура, відстань між якими 2 метри – це струмочок. Діти мають по камінчиках – дощечках перебраться до іншого берегу не замочивши ніг. Дощечки покладені з таким розрахунком, щоб діти могли стрибнути обома ногами з одного камінчика на інший. За словом «Пішли!» 5 дітей перебираються через струмочок. Той, хто вступив ногою в струмок, відходить вбік – «сушитися». Всі діти мають перейти через струмок.

Мета: Розвивати у дітей спритність, вправлятися у стрибках на обох ногах, в рівновазі.

Рухлива гра: "Влуч у коло"

Мета: удосконалювати вміння метати торбинки зпіском уціль. Розвивати окомір і координацію рухів, силу м'язів. Виховувати вміння вболівати за товаришів, чесність, вміння дотримуватись правил гри.

Хід гри.

Діти стоять у колі. В центрі кола – обруч, на відстані від дітей 2-2,5 м. У кожної дитини маленький м'ячик. Після команди «Кидай!» діти кидають

м'ячики правою рукою зверху з-за голови в обруч, намагаючись влучити в ціль. Потім збирають м'ячки і стають на свої місця. Ведучий зазначає, чиї м'ячки влучили в обруч. Наступний кидок діти виконують лівою рукою. Методичні поради: перед початком гри показати, як потрібно кидати м'ячки.

Відстань від цілі поступово збільшується. Можна також кидати каштани, шишки, сніжки.

Рухлива гра: "Не запізнісь"

Мета: учити дітей ходити та бігати у різних напрямках. Виховувати увагу й розвивати спритність. Удосконалювати вміння швидко реагувати на слова вихователя та виконувати певні дії.

Хід гри

Діти сидять на стільчиках або лаві з одного боку кімнати (зали). На слова вихователя:

«Діти весело гуляли,
І таночок танцювали,
Скоки-гопки, тра-та-та,
Ось така то сміхота!» —

діти розходяться, бігають урозтіч, підстрибують. На слова вихователя:

«Нумо, друзі, час не гайте,
На свої місця сідайте!» —

діти поспішають до своїх стільців.

Заклучна частина:

Ходьба звичайна, на п'ятках .

Вправи на відновлення дихання