

Средняя группа

**Тема недели: 1-3 сентября**

**До свидания лето, здравствуй детский сад**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании, провести начальную диагностику в прыжках, ходьбе и беге

**Планируемые результаты:**

Умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве, соблюдает технику выполнения прыжка

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения при выполнении ходьбы, бега, прыжков, проведении п/и.

**Труд:** учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.

**Познание:** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.

| I часть |                      | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|----------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов №1 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |



Средняя группа

**Тема недели: 6-10 сентября**

**Неделя ПДД**

**Задачи:**

Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.

**Планируемые результаты:**

Владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; знает и соблюдает технику выполнения прыжка, знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении п/и.

**Труд:** учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.

**Познание:** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.

| I часть |                | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|----------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с флажками | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |               |                 |  |  |  |                       |   |   |
|--|---------------|-----------------|--|--|--|-----------------------|---|---|
| <p>Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу. «Зайки!» - прыжки на двух ногах.</p> <p>Ходьба и бег в чередовании.</p> <p>Ходьба в колонне по одному, на носках; бег между кеглями, бег врассыпную</p> |               |                 | Прыжки на месте на 2-х ногах (3-4 раза) – «Достань до предмета»                    | Прокатывание мячей друг другу (2 м). Способ - стойка на коленях, сидя на пятках (10-12 раз). |  | п/и «Автомобили»      | <p>Построение в шеренгу «Парковка», поехали «в гараж» в колонне по одному</p> |   |
|  | ОВД 2         |                 |  |  |  |                       |   |   |
|  |               |                 | Прыжки на месте (4-5 прыжков) на 2-х ногах вверх (3-4 раза), «Достань до предмета» | Прокатывание мячей друг другу (изменить способ выполнения и исходное положение), 10-12 раз   | Ползание на четвереньках по прямой (5 м), двумя шеренгами до обозначенного места |                       | п/и «Автомобили»  | <p>Построение в шеренгу «Парковка», поехали «в гараж» в колонне по одному</p> |
|  | ОВД 3 (улица) |                 |  |  |  |                       |   |   |
|  |               | «Вдоль дорожки» | «Прокати обруч»  |  |  | п/и «Найди себе пару» | <p>М/п игра «Тепло/холодно»</p>   |   |

**Средняя группа**

**Тема недели: 13-17 сентября**

**Дары леса**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.

**Планируемые результаты:**

Самостоятельно выполняет гигиенические процедуры; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий, умеет прокатывать мяч в прямом направлении, подлезать под шнур.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении п/и.

**Труд:** учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.

**Познание:** формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.

| Ичасть  |                 | Пчасть |        |         |         |                | Шчасть             |
|---------|-----------------|--------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом № 7 | Ходьба | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |                                 |  |   |   |                            |   |   |
|---|---------------------------------|--|---|---|----------------------------|---|---|
| Ходьба в колонне по одному между 2 линиями, бег врассыпную в чередовании. |                                 |  | Прокатывание мяча друг другу двумя руками (и. п.- стойка на коленях).<br>Расстояние между шеренгами 2 м, 10-12 раз. | Лазанье под шнур, не касаясь руками пола (высота от уровня пола 50 см). | п/и<br>«У медведя во бору» | м/п игра «Угадай, чего не стало»<br><br>(грибы/ягоды) |   |
|   | ОВД 2                           |  |   |   |                            |   | м/п игра «Угадай, чего не стало»<br><br>(грибы/ягоды) |
| Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную, по команде принять позу.      |                                 | Прыжки на 2 ногах между кубиками, поставленными в 1 ряд (0.5 м друг от друга), 3-4 м | Бросание мяча вверх и ловля его 2 руками (10-12 раз), по команде «Бросили»  | Лазанье под дугу (3-4 дуги)   | п/и<br>«У медведя во бору» |   |   |
|   | ОВД 3 (улица)                   |  |   |   |                            |   |   |
|   | «Кто быстрее добежит до кубика» |  | «Мяч через сетку»<br>«Подбрось, поймай»   |   | п/игра «Автомобили»        |   | Построение в шеренгу «Парковка», поехали «в гараж»    |

|   |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
|---|----------------------------|------------------------------------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Средняя группа  |                            | <b>Тема недели: 20-24 сентября</b> |        |         |         |                |                    |
| <b>Краски осени</b>   |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Задачи:</b>  |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| Продолжать учить детей останавливаться по сигналу во время ходьбы, закреплять умение группироваться при лазанье под шнур, упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.                                  |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Планируемые результаты:</b>  |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| Умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве, самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении, группируется при лазанье под шнур, получает удовольствие от подвижных игр. |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Виды интеграции образовательных областей:</b>  |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Здоровье:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.   |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Безопасность:</b> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении п/и.   |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Труд:</b> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.  |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| <b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.   |                            |                                    |        |         |         |                |                    |
| Iчасть  |                            | IIчасть                            |        |         |         |                | IIIчасть           |
| Вводная   | ОРУ с малыми обручами № 10 | Ходьба                             | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |  |  |                        |  |   |                            |                             |  |
|--|--|--|------------------------|--|---|----------------------------|-----------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Воробышки» - остановиться и сказать: «Чик-чирик», продолжить ходьбу. Бег врассыпную, ходьба и бег в чередовании. Построение в 2 шеренги.</p> |  | <p>Ходьба на носках по доске, лежащей на полу (3-4 раза)</p> |                        |  | <p>Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке (8-10 раз)</p> | <p>«У медведя во бору»</p> | <p>М/п игра «Кто ушел?»</p> |  |
|  | <p>ОВД 2</p>   |  |                        |  |   |                            |                             |  |
|  | <p><b>Физкультурное занятие по освоению знаний</b></p> <p><b>«ходьба, бег»</b></p> |  |                        |  |   |                            |                             |  |
|  | <p>ОВД 3 (улица)</p>   |  |                        |  |   |                            |                             |  |
| <p>Ходьба в колонне по одному, бег с перешагиванием через шнуры, ходьба и бег врассыпную</p>   |  |  | <p>«Вдоль дорожки»</p> | <p>«Перебрось - поймай»</p> <p>«Успей поймать»</p> |   | <p>п/и «Огуречик»</p>      | <p>М/п «Тепло /Холодно»</p> |  |



Средняя группа

**Тема недели: 27 сентября – 1 октября**

**Неделя талантов**

**Задачи:**

Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе утренней зарядки; ориентируется в пространстве при изменении направления движений, сохраняет равновесие при ходьбе по скамейке, приземляется на полусогнутые ноги в прыжках, проявляет интерес к туризму как виду активного отдыха.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики.

**Коммуникация:** обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.

**Познание:** развивать глазомер и ритмичность шага при прыжках

**Музыка:** разучивать упражнения под музыку в разном темпе.

**Труд:** учить готовить и убирать инвентарь перед началом и во время занятий.

| И часть |                    | П часть |        |         |         |                | Ш часть            |
|---------|--------------------|---------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с палками № 13 | Ходьба  | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |   |   |  |  |                          |  |
|--|---|---|--|--|--------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, по команде – ходьба с перешагиванием через шнуры (40 см), бег с перепрыгиванием через шнуры (60 см) по разным сторонам зала. 2-3 раза</p> | <p>Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть</p>                                  | <p>Прыжки на 2 ногах, продвигаясь вперед, до предмета, 3 м (3-4 раза)</p> |  |  | <p>п/ и «Кот и мыши»</p> | <p>Ходьба в колонне по одному, на носках, как мыши, за «КОТОМ»</p> |
|  | <p>ОВД 2</p>  |   |  |  |                          |  |
|  | <p>Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>                                   | <p>Прыжки на 2 ногах до косички, перепрыгнуть через нее, 4 м, 2 раза</p>  |  |  | <p>п/и «Кот и мыши»</p>  | <p>Ходьба в колонне по одному, на носках, как мыши, за «КОТОМ»</p> |
|  | <p>ОВД 3 (улица)</p>  |   |  |  |                          |  |
|  | <p><b>Физкультурное развлечение в формате туристической прогулки «Мы – путешественники»</b></p> |   |  |  |                          |  |

Средняя группа

**Тема недели: 4-8 октября**

**Во саду ли, в огороде**

**Задачи:**

Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движений, сохраняет устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре, соблюдает технику выполнения прыжка

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики.

**Коммуникация:** обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.

**Познание:** развивать глазомер и ритмичность шага при прыжках

**Музыка:** разучивать упражнения под музыку в разном темпе.

**Труд:** учить готовить и убирать инвентарь перед началом и во время занятий.

| Ичасть  |                        | Пчасть |        |         |         |                | Шчасть             |
|---------|------------------------|--------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 16 | Ходьба | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |                          |  |  |  |  |               |   |
|--|--------------------------|--|--|--|--|---------------|---|
| Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, «По местам!» - занять место в шеренге            |                          |  | Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах (2-3 раза).                                      | Прокатывание мячей друг другу (10-12 раз)/. Стойка на коленях  |  | п/и «Ловишки» | Пальчиковая гимнастика на развитие воображения «Коза» |
|  | ОВД 2                    |  |  |  |  |               |   |
|  |                          |  | Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат на расстоянии 0,25 м один от другого) (3-4 раза). | Прокатывание мяча между 4-5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого, 2 раза |  |               | п/и «Ловишка»   |
| Ходьба и бег в колонне по одному с разным положением рук, бег на носках, обычный бег в чередовании | ОВД 3 (улица)            |  |  |  |  |               |   |
|  | «Кто быстрее» (эстафета) |  |  | «Подбрось - поймай»  |  |               | п/игра «Найди пару»                                   |

Средняя группа

Тема недели: 11-15 октября

**Животный мир – домашние животные**

**Задачи:**

Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движений, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упр. при ходьбе; соблюдает технику выполнения прыжка и лазания под дугу.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики.

**Коммуникация:** обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.

**Познание:** развивать глазомер и ритмичность шага при прыжках

**Музыка:** разучивать упражнения под музыку в разном темпе.

**Труд:** учить готовить и убирать инвентарь перед началом и во время занятий.

| I часть |                  | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом № 19 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |   |  |   |   |                               |   |  |
|---|---|--|---|---|-------------------------------|---|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка.</p>                             |   |  | <p>Прокатывание мяча в прямом направлении (3 раза).</p> | <p>Лазанье под шнур, не касаясь руками пола (3-4 раза), шнур на высоте 50 см от пола.</p> | <p>п/и «Охотники и зайцы»</p> | <p>м/п игра «Замри»<br/>(имитация поз животных)</p> |  |
|   | <p>ОВД 2</p>  |  |   |   |                               |   |  |
|   | <p><b>Физкультурное занятие по освоению знаний</b></p> <p><b>«Прыжки»</b></p> |  |   |   |                               |   |  |
| <p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу переход на ходьбу между кубиками, поставленными в произвольном порядке, затем бег между предметами.</p> | <p>ОВД 3 (улица)</p>  |  |   |   |                               |   |  |
|   |   | <p>«Вдоль дорожки»<br/><br/>(ширина дорожки 20 см)</p> | <p>«Прокати - не урони»<br/><br/>(с обручами)</p>       |   | <p>п/и «Ловишки»</p>          | <p>м/п игра «Замри»<br/>(имитация поз животных)</p> |  |

Средняя группа

Тема недели: 18-22 октября

**Животный мир – домашние птицы**

**Задачи:**

Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врасыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движений, умеет выполнять дыхательные упр. при ходьбе; сохраняет равновесие при ходьбе по скамейке, соблюдает технику лазания под дугу.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики.

**Коммуникация:** обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.

**Познание:** развивать глазомер и ритмичность шага при прыжках

**Музыка:** разучивать упражнения под музыку в разном темпе.

**Труд:** учить готовить и убирать инвентарь перед началом и во время занятий.

| I часть |                   | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|-------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кеглей № 22 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |  |  |  |  |                                       |
|---|--|--|--|--|---------------------------------------|
| <p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.</p> | <p>Равновесие-ходьба по доске (ширина 15 см), положенной на пол, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка (3-4 раза).</p> | <p>Прыжки на двух ногах между набивными мячами (4-5 штук), положенными в две линии (3-4 раза).</p> | <p>Подлезание под дугу (высота 50 см), не касаясь руками (3-4 раза).</p>                         | <p>п/и «Совушка»</p>   | <p>М/п игра «Угадай, кто позвал?»</p> |
|   | <p>ОВД 2</p>   |  |  |  |                                       |
|   |  |  | <p>Прокатить мяч по дорожке (25 см) в прямом направлении, бег по дорожке за мячом (2-3 раза)</p> | <p>Лазанье под шнур на высоте 40 см с мячом в руках (3-4 раза)</p> | <p>п/и «Лиса в курятнике»</p>         |
| <p>Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен, руки на поясе - «как лошадки»; бег врассыпную</p>       | <p>ОВД 3 (улица)</p>   |  |  |  |                                       |
|   | <p>«Лошадки»</p>   | <p>«Кто быстрее по дорожке»</p>  | <p>«Мяч в корзину»</p>   |  | <p>п/и «Ловишки»</p>                  |



Средняя группа

Тема недели: 25-29 октября

**Полетим, поедem, поплывем (транспорт)**

**Задачи:**

Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движений, умеет выполнять дыхательные упр. при ходьбе; сохраняет равновесие при ходьбе по скамейке, соблюдает технику лазания под дугу.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики.

**Коммуникация:** обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.

**Познание:** развивать глазомер и ритмичность шага при прыжках

**Музыка:** разучивать упражнения под музыку в разном темпе.

**Труд:** учить готовить и убирать инвентарь перед началом и во время занятий.

| I часть |                    | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|--------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кубиком № 25 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |   |  |  |   |   |   |  |
|--|---|--|--|---|---|---|--|
| <p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную, не задевая кубики, расставленные по залу</p> |   | Прыжки на 2 ногах через 4-5 линий (3-4 раза) | Подбрасывание мяча вверх двумя руками      | Лазанье под дугу (4-5 шт) двумя колоннами, 3-4 раза | п/и «Самолеты»                                    | <p>Упражнения для развития артикуляции «Гудок парохода» «Ы»</p> |  |
|  | ОВД 2   |  |  |   |   |   |  |
|  | <p><b>Спортивный досуг по теме недели «Транспорт»</b></p> |  |  |   |   |   |  |
|  | ОВД 3 (улица)   |  |  |   |   |   |  |
| <p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную</p>   | «Кто скорее по дорожке»                                   |  | «Подбрось - поймай»<br><br>«Мяч в корзину» |   | п/и на выбор детей «Ловишки» / «Охотники и зайцы» | Дыхательная гимнастика  |  |

Средняя группа

Тема недели: 1-3 ноября

Моя страна - Россия

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, прыжках на 2 ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении заданий, владеет техникой выполнения ОВД с учетом правил безопасности.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.

**Коммуникация:** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча другими разными способами.

**Познание:** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.

| Iчасть  |                    | IIчасть |        |         |         |                | IIIчасть           |
|---------|--------------------|---------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кубиком № 25 | Ходьба  | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |       |   |   |   |  |   |   |                                    |
|--|-------|---|---|---|--|---|---|------------------------------------|
| <p>Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза.<br/>Построение около кубиков.</p> |       | <p>ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка (2-3 раза).</p> | <p>Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками, поставленными в ряд на расстоянии 0,5 м (2-3 раза).</p> |   |  | <p>п/и «Найди свой цвет» с флажками</p> | <p>М/п игра «Найди и промолчи»</p>              |                                    |
|  | ОВД 2 |   |   |   |  |   |   |                                    |
|  |       | <p>ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (3-4 раза).</p>                                     | <p>Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). Общая дистанция 3 м (3-4 раза).</p>                               | <p>Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (диаметр мяча 20-25 см) по 5-6 раз подряд в произвольном темпе.</p> |  |   | <p>п/и «Найди свой цвет» с флажками</p>         | <p>М/п игра «Найди и промолчи»</p> |
|  | ОВД 3 |   |   |   |  |   |   |                                    |
| <p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления по сигналу, ходьба между предметами, поставленными в один ряд, «Пробеги - не задень».</p>                 |       | <p>«Не попадись»</p>  |   | <p>«Поймай мяч»</p>   |  | <p>п/и «Зайцы и охотники»</p>           | <p>М/п игра «Замри» (имитация поз животных)</p> |                                    |

Средняя группа

**Тема недели: 8-12 ноября**  
**Неделя добра и вежливых слов «Миром правит доброта»**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, на носках, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, прокатывании мяча

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.

**Коммуникация:** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча другими разными способами.

**Познание:** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.

| I часть |                        | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|------------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 28 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |  |  |  |   |  |                |                                       |               |              |
|--|--|--|--|---|--|----------------|---------------------------------------|---------------|--------------|
| <p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег враспынную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу.</p> |  |  | Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров), повторить 2-3 раза. | Прокатывание мячей друг другу, 10-12 раз. |  | «Пробеги тихо» | Игра - превращение «Гномик и великан» |               |              |
|  |  |  | ОВД 2  |   |  |                |                                       |               |              |
|  |  |  | Физкультурное занятие по освоению знаний<br>«Равновесие»           |   |  |                |                                       |               |              |
| <p>Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук: на пояс, в стороны, за голову; ходьба и бег враспынную.</p>   |  |  |  |   |  | ОВД 3          | Психогимнастика «Солнышко»            |               |              |
|  |  |  |  |   |  |                |                                       | «Не попадись» | «Догони мяч» |

Средняя группа

**Тема недели: 15-19 ноября**

**Здравствуй, зимушка-зима**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках, способствовать развитию воображения.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; ориентируется в пространстве, владеет мячом, соблюдает технику ползания на четвереньках.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.

**Коммуникация:** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча другими разными способами.

**Познание:** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.

| Iчасть  |                  | IIчасть |        |         |         |                | IIIчасть           |
|---------|------------------|---------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом № 31 | Ходьба  | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |       |  |   |   |                    |                                 |  |
|--|-------|--|---|---|--------------------|---------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал изменить направление (поворот кругом в движении);<br/>ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.</p> |       |  | Броски мяча о землю и ловля его двумя руками (10-12 раз).                     | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.                          | «Снежная карусель» | Психогимнастика «Тепло/Холодно» |  |
|  | ОВД 2 |  |   |   |                    |                                 |  |
|  |       | Прыжки на 2 ногах между предметами, поставленными в 1 ряд, 3 м | Броски мяча об пол одной рукой и ловля его 2 руками после отскока (10-12 раз) | Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни «как медвежата», 3 м | «Снежная карусель» | Психогимнастика «Тепло/Холодно» |  |
|  | ОВД 3 |  |   |   |                    |                                 |  |
| <p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, поставленными в одну линию (6-8 кубиков) на расстоянии 0,5 м один от другого, ходьба и бег врассыпную.</p>   |       | «Не задень».   | «Передай мяч»   |   | «Догони пару»      | Дыхательная гимнастика          |  |



Средняя группа

**Тема недели: 22-26 ноября**

**Дело мастера боится**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.

**Планируемые результаты:**

Знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает дистанцию в шеренге (колонне), сохраняет равновесие на повышенной опоре

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.

**Коммуникация:** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча другими разными способами.

**Познание:** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.

| I часть |                    | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|--------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с флажками №34 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |  |  |                            |  |   |                |                           |                              |
|---|--|--|----------------------------|--|---|----------------|---------------------------|------------------------------|
| <p>Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу (повторить 2-3 раза).</p>                        |  | <p>ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе</p>       |                            |  | <p>Ползание по гимнастической скамейке на животе (рис. 6), подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков скамейки (2-3 раза).</p> | <p>«Шарик»</p> | <p>Релаксация</p>         |                              |
|   |  | <p>ОВД 2</p>   |                            |  |   |                |                           |                              |
|   |  | <p><b>Физкультурное развлечение</b><br/><b>«Путешествие по городу профессий»</b></p> |                            |  |   |                |                           |                              |
| <p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу воспитателя изменить направление движения (вправо или влево); ходьба и бег враспынную.</p> |  | <p>ОВД 3</p>   |                            |  |   |                |                           |                              |
|   |  | <p>«Пингвины»</p>  | <p>«Кто дальше бросит»</p> |  |   |                | <p>«Снежная карусель»</p> | <p>«Угадай, кто позвал?»</p> |

Средняя группа

**Тема недели: 29 ноября – 3 декабря**

**Я – человек**

**Задачи:**

Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.

**Планируемые результаты:**

Умеет удерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.

**Коммуникация:** обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.

**Безопасность:** формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча другими разными способами.

**Познание:** учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.

| I часть |                      | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|----------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с платочком № 37 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |   |  |   |  |                                   |   |
|--|---|--|---|--|-----------------------------------|---|
| <p>Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала; ходьба и бег <b>врассыпную</b>; по сигналу перестроение в колонну по одному в движении с <b>поиском своего места</b> в колонне.</p> | <p>ходьба по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. Длина шнура 2 м, 2 раза.</p> | <p>Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук. Высота бруска 6 см.</p> |   |  | <p>«Пушбол»</p>                   | <p>м/п игра «Зеркало»</p>   |
|  | <p>ОВД 2</p>  |  |   |  |                                   |   |
|  | <p>ходьба по шнуру, положенному по кругу, 2 раза</p>  | <p>Прыжки на 2 ногах через 5-6 шнуров, 40 см (2 раза)</p>                      | <p>Прокатывание мячей между 4-5 предметами, 1 м, 2 раза</p> |  |                                   | <p>«Пушбол»</p>   |
| <p>ОВД 3</p>   |   |  |   |  |                                   |   |
| <p>Ходьба в колонне по одному между сооружениями из снега (снежная баба, горка) за воспитателем (2-3 раза).</p>  | <p>«Веселые снежинки»</p>   |  | <p>«Кто дальше бросит»</p>                                  |  | <p>«Кто быстрее до снеговика»</p> | <p>Ходьба змейкой между снежками (раскладываем вместе с детьми)</p> |

Средняя группа

**Тема недели: 6-10 декабря**

**Мой край**

**Задачи:**

Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.

**Планируемые результаты:**

Ориентирование в пространстве, умеет перестраиваться в 2 шеренги, 2 колонны, выполняет технику приземления в прыжках, прокатывает мяч между предметами, не задевая их, проявляет интерес к лыжам.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Коммуникация:** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.

**Безопасность:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.

**Социализация:** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками

| I часть |                  | II часть |        |         |         |                | III часть          |
|---------|------------------|----------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом № 40 | Ходьба   | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|  |  |   |   |  |                                 |                             |  |
|--|--|---|---|--|---------------------------------|-----------------------------|--|
| <p>Ходьба и бег в колонне по одному, рассчитаться на белочек и зайчиков, сделать шаг взяться за руку с рядом стоящим справа. Команда к ходьбе в обход зала: «На прогулку», команда к бегу в рассыпную, к построению в колонну по одному и перестроению в три колонны.</p> <p>Предложить детям разложить лыжи на снегу - справа одну, слева другую; закрепить ноги в лыжные крепления</p> |  | <p>Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку (6-8 раз).</p>                            | <p>Прокатывание мяча между предметами, 3 раза</p> |  | <p>«Льдинка, ветер и мороз»</p> | <p>м/п игра «Лес шумит»</p> |  |
|  |  | <p>ОВД 2</p>  |   |  |                                 |                             |  |
|  |  | <p>Физкультурное занятие по освоению знаний<br/>«Ползание, подлезание, пролезание, перелезание»</p> |   |  |                                 |                             |  |
|  |  | <p>ОВД 3</p>  |   |  |                                 |                             |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Пружинка»</li> <li>• «Разгладим снег»</li> <li>• «Друг за другом»</li> </ul>   |  |   |   |  | <p>«Веселые снежинки»</p>       |                             |  |

Средняя группа

**Тема недели: 13-17 декабря**

**Животный мир - дикие животные наших лесов**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет строй в колонне, равновесие в ползании, владеет мячом.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Коммуникация:** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.

**Безопасность:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.

**Социализация:** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками

| Iчасть  |                        | IIчасть |        |         |         |                | IIIчасть           |
|---------|------------------------|---------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 43 | Ходьба  | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |  |  |   |   |                    |                                   |  |
|---|--|--|---|---|--------------------|-----------------------------------|--|
| Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу (новый год, животные леса) |  |  | Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м (способ двумя руками снизу) (по 8-10 раз). | Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). | п/и «Зайцы и волк» | м/п «Ветка, листья, корни, ствол» |  |
|   | ОВД 2  |  |   |   |                    |                                   |  |
|   | <b>Физкультурное развлечение</b><br><b>«Дикие животные леса»</b> |  |   |   |                    |                                   |  |
|   | ОВД 3 (улица)  |  |   |   |                    |                                   |  |
| Катание на санках   |  |  | «Кто дальше»  |   | «Снежная карусель» |                                   |  |



Средняя группа

**Тема недели: 20-24 декабря**

**Новогодний калейдоскоп**

**Задачи:**

Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге, учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, повторить упражнения в равновесии.

**Планируемые результаты:**

Ориентируется в пространстве, сохраняет равновесие при ходьбе и беге, проявляет интерес к зимним видам спорта.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Коммуникация:** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.

**Безопасность:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.

**Социализация:** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками

| Iчасть  |                   | IIчасть |        |         |         |                | IIIчасть           |
|---------|-------------------|---------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кубиком №46 | Ходьба  | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |  |   |  |  |  |                   |                               |  |
|---|--|---|--|--|--|-------------------|-------------------------------|--|
| Ходьба в колонне по одному, враспынную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу |  | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой (2-3 раза)              |  |  | Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков (2-3 раза) | «Зайка беленький» | м\п игра «Кто в домике живет» |  |
|   |  | ОВД 2   |  |  |  |                   |                               |  |
| Закрепить ботинки в лыжах, проверить правильность   |  | Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши                        | Прыжки на 2 ногах до обруча, прыжок в обруч из обруча, 3 м, 3 раза |  | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени            | «Зайка беленький» | м\п игра «Кто в домике живет» |  |
|   |  | ОВД 3 (улица)   |  |  |  |                   |                               |  |
|   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Петушки ходят»</li> <li>• «По снежному валу»</li> </ul> |  |  |  |                   |                               |  |

Средняя группа

**Тема недели: 27-30 декабря**

**Новогодний калейдоскоп**

**Задачи:**

Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге, учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, повторить упражнения в равновесии.

**Планируемые результаты:**

Ориентируется в пространстве, сохраняет равновесие при ходьбе и беге, проявляет интерес к зимним видам спорта.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Коммуникация:** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.

**Безопасность:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.

**Социализация:** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками

| Iчасть  |                      | IIчасть |        |         |         |                | IIIчасть           |
|---------|----------------------|---------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов №7 | Ходьба  | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |  |  |  |            |  |                    |            |
|---|--|--|--|------------|--|--------------------|------------|
| Ходьба в колонне по одному, враспынную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу |  | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой (2-3 раза) |  |            | Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков (2-3 раза) | п/и на выбор детей | Релаксация |
|   |  |  |  |            |  |                    |            |
| Катание на санках   |  | Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши           | Прыжки на 2 ногах до обруча, прыжок в обруч из обруча, 3 м, 3 раза |            | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени            | п/и на выбор детей | Релаксация |
|   |  |  |  |            |  |                    |            |
|   |  |  |  | «Снайперы» |  | «Снежная карусель» |            |

Средняя группа

**Тема недели: 10-14 января**

**Народная культура и традиции**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.

**Планируемые результаты:**

Владеет умением передвигаться между предметами; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; энергично отталкивается 2 ногами в прыжках и приземляется на 2 ноги, умеет прыгать на 1 ноге, владеет мячом, проявляет интерес к лыжам

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Коммуникация:** обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.

**Безопасность:** учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.

**Социализация:** формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками

| Ичасть  |                    | Пчасть |        |         |         |                | Шчасть             |
|---------|--------------------|--------|--------|---------|---------|----------------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с обручем № 49 | Ходьба | Прыжки | Метание | Лазанье | Подвижная игра | Малоподвижная игра |

|   |   |   |  |  |                               |   |
|---|---|---|--|--|-------------------------------|---|
| <p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными в рассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> | <p>ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Повторить 3-4 раза.</p>   | <p>Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева (2-3 раза).</p> |  |  | <p>«Теремок» (хороводная)</p> | <p>м/п игра «Найдем зайку»</p>                              |
|   |   |   |  |  |                               |   |
|   | <p>ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки за головой. Повторить 3-4 раза.</p> | <p>Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева (2-3 раза).</p> | <p>Подбрасывание мяча вверх и ловля его 2 руками</p> |  | <p>«Теремок» (хороводная)</p> | <p>м/п игра «Найдем зайку»</p>                              |
|   |   |   |  |  |                               |   |
|   | <p>«Снежинки - пушинки»</p>   |   | <p>«Кто дальше»</p>                                  |  |                               | <p>Ходьба в колонне по одному между зимними постройками</p> |

Средняя группа

**Тема недели: 17-21 января**  
**Зимние забавы и виды спорта**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.

**Планируемые результаты:**

Умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега и в разных направлениях, со сменой ведущего; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; соблюдает технику приземления в прыжках, владеет мячом, проявляет интерес к лыжам.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.

**Коммуникация:** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.

**Труд:** учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.

**Социализация:** формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.

**Познание:** формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.

**Музыка:** учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки

| I часть |                     | II часть | III часть          |
|---------|---------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом<br>№ 52 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |  |   |  |  |         |                                     |   |  |
|--|--|---|--|--|---------|-------------------------------------|---|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному. называет ребенка (стоящего недалеко от ведущего) по имени, тот встает впереди колонны и ведет ее. Через некоторое время подается команда к смене ведущего, (можно сменить 2-3 ведущих). Подается команда к ходьбе и бегу в рассыпную.</p> |  | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ  | ЛАЗАНИЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА                      | <p>Ходьба в колонне по одному с имитацией разных видов спорта</p> |  |
|  |  |   | Прыжки с гимнастической скамейки (высота 25 см) (4-6 раз). | Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз). |         | п/и «Найди себе пару» (виды спорта) |   |  |
|  |  | ОВД 2   |  |  |         |                                     |   |  |
|  |  | <p>Физкультурное занятие по освоению знаний<br/>«Лазание»</p> |  |  |         |                                     |   |  |
|  |  | ОВД 3 (улица)   |  |  |         |                                     |   |  |
| <p>Зимние эстафеты с санками, катание с горки</p>  |  |   |  |  |         |                                     |   |  |



## Средняя группа

### Тема недели: 24-28 января Вокруг света (Животные холодных стран).

#### Задачи:

Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.

#### Планируемые результаты:

Умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега, между предметами; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать, владеет мячом, сохраняет равновесие в ползании по скамейке.

#### Виды интеграции образовательных областей:

**Здоровье:** рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.

**Коммуникация:** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.

**Труд:** учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.

**Социализация:** формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.

**Познание:** формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.

**Музыка:** учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки

| Iчасть  |                   | IIчасть | IIIчасть           |
|---------|-------------------|---------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с палкой № 55 | ОВД 1   | Малоподвижная игра |

|  |   |                          |                                  |   |                               |                                 |  |
|--|---|--------------------------|----------------------------------|---|-------------------------------|---------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; с перешагиванием через шнуры; бег в рассыпную. Ходьба и бег в рассыпную.</p>                        | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ                   | МЕТАНИЕ                          | ЛАЗАНЬЕ   | ПОДВИЖНАЯ ИГРА                | <p>м/п игра «Сдуй снежинку»</p> |  |
|  |   |                          | Отбивание мяча о пол (1-12 раз). | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (2-3 раза). | «Лошадки»                     |                                 |  |
|  | ОВД 2   |                          |                                  |   |                               |                                 |  |
|  | <b>Физкультурное развлечение<br/>«Путешествие в Антарктиду»</b> |                          |                                  |   |                               |                                 |  |
|  | ОВД 3 (улица)   |                          |                                  |   |                               |                                 |  |
| <p>Дети встают вокруг снежной бабы и по сигналу прыжками на двух ногах приближаются к ней, поворачиваются кругом и шагом возвращаются на исходную позицию.</p> |   | «Перепрыгни - не задень» | «Кто дальше бросит?»             |   | Катание друг друга на санках. |                                 |  |

Средняя группа

**Тема недели: 31 января – 4 февраля**  
**Вокруг света (Животные жарких стран)**

**Задачи:**

Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.

**Планируемые результаты:**

Соблюдает правила безопасности при движении в колонне, выполнении ОРУ, энергично отталкивается 2 ногами от пола в прыжках, соблюдает технику подлезания под шнур, сохраняет равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, умеет планировать последовательность действий и распределять роли в игре.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.

**Коммуникация:** обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.

**Труд:** учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.

**Социализация:** формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.

**Познание:** формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.

**Музыка:** учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки

| Iчасть  |                    | IIчасть | IIIчасть           |
|---------|--------------------|---------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с обручем № 58 | ОВД 1   | Малоподвижная игра |

|   |  |  |        |  |   |   |   |  |
|---|--|--|--------|--|---|---|---|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. По сигналу впереди колонны встает названный ребенок и ведет колонну (2-3 смены ведущего), бег врассыпную.</p> |  | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ | МЕТАНИЕ  | ЛАЗАНЬЕ   | ПОДВИЖНАЯ ИГРА  | <p>Игра на развитие моторики и воображения «Лепим животных»</p> |  |
|   |  | Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. |        |  | Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола, несколько раз подряд. | «Самолеты»  |   |  |
|   | ОВД 2  |  |        |  |   |   |   |  |
|   | ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, 2 раза | Прыжки на 2 ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд (0,5 м), 2 раза        |        | Лазанье под шнур боком и прямо, не касаясь руками пола | п/игра «Самолеты»   | <p>Игра на развитие моторики и воображения «Лепим животных»</p> |   |  |
| ОВД 3 (улица)   |  |  |        |  |   |   |   |  |
| <p>Дети встают вокруг снежной бабы и по сигналу прыжками на двух ногах приближаются к ней, поворачиваются кругом и шагом возвращаются на исходную позицию.</p>  | «Перепрыгни - не задень»   | «Кто дальше бросит?»   |        | Катание друг друга на санках.                          |   |   |   |  |

Средняя группа

**Тема недели: 7-11 февраля**

**Маленькие исследователи**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.

**Планируемые результаты:**

Ориентируется в пространстве, сохраняет равновесие на повышенной опоре, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, владеет мячом, проявляет творчество и инициативу в подвижных играх, умеет планировать последовательность действий и распределять роли в игре.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                        | II часть | III часть          |
|---------|------------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 61 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |   |  |                     |         |                           |                               |  |
|---|---|--|---------------------|---------|---------------------------|-------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны.</p> | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ             | ЛАЗАНИЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА            | <p>Дыхательная гимнастика</p> |  |
|   | Ходьба по гимнастической скамейке (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше, сойти со скамейки (не прыгая) | Прыжки через бруски (высота бруска 10 см), расстояние между ними 40 см (3 раза). |                     |         | п\и «Котята и щенята»     |                               |  |
|   | ОВД 2   |  |                     |         |                           |                               |  |
|   | <p><b>Физкультурное занятие по освоению знаний</b></p> <p><b>«Строевые упражнения»</b></p>                                |  |                     |         |                           |                               |  |
|   | ОВД 3 (улица)   |  |                     |         |                           |                               |  |
| <p>ходьба вокруг санок в обе стороны, прыжки на двух ногах, остановка, поворот кругом и повторение упражнения в прыжках</p>   | «Змейкой» между санками»  |  | «Добрость до кегли» |         | Катание на санках в парах |                               |  |

Средняя группа

**Тема недели: 14-18 февраля**

**Город мастеров**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.

**Планируемые результаты:**

Ориентируется в пространстве, слышит и выполняет команды инструктора, владеет мячом, приземляется мягко на носочки в прыжках, согласовывает движения рук и ног.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |             | II часть | III часть          |
|---------|-------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ в парах | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |             |  |  |  |                           |                |   |  |
|---|-------------|--|--|--|---------------------------|----------------|---|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, продолжить ходьбу. На сигнал: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени, бег врассыпную по всему залу.</p> <p>Игровое упражнение «Метелица»</p> |             | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ  | ЛАЗАНИЕ                   | ПОДВИЖНАЯ ИГРА | <p>м\п игра «Береги предмет»</p> <p>м\п игра «Береги предмет»</p> |  |
|   |             |  | Прыжки из обруча в обруч (5-6 обручей) на двух ногах, 3-4 раза | Прокатывание мячей между предметами (кубики, кегли), 3-4 раза      |                           | п/и «Пирожок»  |   |  |
|   |             | ОВД 2  |  |  |                           |                |   |  |
|   |             | Ходьба на носках в чередовании с обычной ходьбой | Прыжки на 2 ногах через шнуры, 0,5 м, 2-3 раза                 | Прокатывание мячей друг другу в шеренгах, стойка на коленях, 2,5 м |                           | п/и «Пирожок»  |   |  |
|   |             | ОВД 3 (улица)                                    |  |  |                           |                |   |  |
|   | «Покружись» |  | «Кто дальше бросит». Бросание снежков на дальность             |  | Катание на санках в парах |                |   |  |



Средняя группа

**Тема недели: 21-25 февраля**

**Защитники Отечества**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.

**Планируемые результаты:**

Соблюдает дистанцию в ходьбе и беге, ориентируется в пространстве, энергично отталкивается ногами в прыжках, владеет мячом, соблюдает технику ползания по скамейке, проявляет интерес к зимним забавам, проявляет творчество, внимателен в подвижных играх.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                     | II часть | III часть          |
|---------|---------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом<br>№ 67 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |   |        |  |  |                           |                                       |  |
|---|---|--------|--|--|---------------------------|---------------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании.</p> | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ | МЕТАНИЕ                                      | ЛАЗАНИЕ  | ПОДВИЖНАЯ ИГРА            | <p>м\п игра «Угадай, кто позвал?»</p> |  |
|   |   |        | Перебрасывание мячей друг другу (10-12 раз). | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. | п/и «На границе»          |                                       |  |
|   | ОВД 2   |        |  |  |                           |                                       |  |
|   | <b>Физкультурное развлечение к празднику «День защитника Отечества»</b> |        |  |  |                           |                                       |  |
|   | ОВД 3 (улица)   |        |  |  |                           |                                       |  |
| <p>Дети расходятся по площадке и лепят по 3-4 снежка. По команде занимают место в двух шеренгах - одна за другой на расстоянии двух шагов.</p>  | «Найдем снегурочку!», хоровод   |        | «Кто дальше бросит снежок».                  |  | Катание на санках в парах |                                       |  |

Средняя группа

**Тема недели: 28 февраля – 4 марта**

**Женский день**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.

**Планируемые результаты:**

Проявляет внимательность к выполнению заданий, ориентируется в пространстве, сохраняет равновесие на повышенной опоре, прыгает на правой и левой ноге, соблюдает технику ползания на коленях и ладонях, проявляет творчество и инициативу в подвижных играх.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                   | II часть | III часть          |
|---------|-------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с палкой № 70 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |               |   |  |                 |   |                           |                    |   |
|--|---------------|---|--|-----------------|---|---------------------------|--------------------|---|
| <p>Ходьба в колонне по одному.<br/>Команда ведищему идти через середину зала к стойке, затем в противоположную сторону к двери, потом к окну. Вся колонна передвигается за ведищим. Ходьба и бег в рассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.</p> |               | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ                                       | МЕТАНИЕ         | ЛАЗАНИЕ   | ПОДВИЖНАЯ ИГРА            | м/п игра «Зеркало» |   |
|  |               | Равновесие - ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на пояс (или за голову). |  |                 | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). | «Перелет птиц»            |                    |   |
|  | ОВД 2         |   |  |                 |   |                           |                    | Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет. |
|  |               | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед                 | Прыжки на правой и левой ноге до кубика, 2 м |                 | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (2-3 раза). | «Перелет птиц»            |                    |   |
|  | ОВД 3 (улица) |   |  |                 |   |                           |                    |   |
| Ходьба по снежному валу (высота 6-10 см), руки в стороны свободно балансируют; сойти, не прыгая.   |               | «Туннель»   |  | «Точно в цель». |   | Катание на санках в парах |                    |   |

Средняя группа

**Тема недели: 9-11 марта**  
**Неделя здорового питания**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.

**Планируемые результаты:**

Соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков, сохраняет равновесие при ходьбе на повышенной опоре, ориентируется в пространстве; умеет прокатывать мяч по заданию педагога, планировать последовательность действий и распределять роли в игре.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                        | II часть | III часть          |
|---------|------------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 73 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |   |   |              |         |                                  |                               |  |
|--|---|---|--------------|---------|----------------------------------|-------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. По сигналу поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу.</p> | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ  | МЕТАНИЕ      | ЛАЗАНЬЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА                   | <p>п/и «Найди и промолчи»</p> |  |
|  | Ходьба на носках между 4-5 предметами (кубики), расставленными на расстоянии 0,5 м один от другого. | Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). |              |         | п/и «Полезное/Вредное»           |                               |  |
|  | ОВД 2   |   |              |         |                                  |                               |  |
|  | <p><b>Физкультурное занятие по освоению знаний</b></p> <p><b>«Скакалка»</b></p>                     |   |              |         |                                  |                               |  |
|  | ОВД 3 (улица)   |   |              |         |                                  |                               |  |
| Игровое упражнение «Ловишки».  | «Быстрые и ловкие».   |   | «Сбей кеглю» |         | Подвижная игра «Зайка беленький» | «Найдем зайку»                |  |

Средняя группа

**Тема недели: 14-18 марта**

**Подводный мир**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную.

**Планируемые результаты:**

Ориентируется в пространстве, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, подкидывает и ловит мяч, планирует последовательность действий и умеет распределять роли в игре.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |             | II часть | III часть          |
|---------|-------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ в парах | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |  |               |                                      |   |         |                       |                       |  |
|---|--|---------------|--------------------------------------|---|---------|-----------------------|-----------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному. На сигнал: «Лошадки!» - дети выполняют ходьбу, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний), переход на обычную ходьбу. «Мышки!» ходьба на носках, руки за голову. Ходьба и бег в рассыпную.</p> |  | ХОДЬБА        | ПРЫЖКИ                               | МЕТАНИЕ   | ЛАЗАНЬЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА        | Релаксация «Шум моря» |  |
|   |  |               | Прыжки в длину с места (1 0-12 раз). | Перебрасывание мячей через шнур (8-10 раз).   |         | «Веселый невод»       |                       |  |
|   |  | ОВД 2         |                                      |   |         |                       |                       |  |
|   |  |               | Прыжки в длину с места (1 0-12 раз). | Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы, ловля после отскока<br><br>Прокатывание мяча друг другу |         | «Веселый невод»       |                       |  |
| <p>Ходьба в колонне, по сигналу дети перепрыгивают через 5-6 шнуров, на расстоянии 40 см. По команде изменяют направление движения. Бег до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.</p>   |  | ОВД 3 (улица) |                                      |   |         | «Угадай, кто позвал?» |                       |  |
|   |  |               |                                      | «Подбрось-поймай»,<br><br>«Прокати - не задень»   |         |                       | «Лошадки»             |  |



Средняя группа

**Тема недели: 21-25 марта**

**В гостях у сказки**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды, владеет мячом, правильно выполняет хват при ползании по скамейке, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, сохраняет равновесие при ходьбе с мешочком, получает удовольствие от подвижных игр, планирует последовательность действий и умеет распределять роли в игре.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                     | II часть | III часть          |
|---------|---------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом<br>№ 79 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |  |                                |  |  |                |   |  |
|---|--|--------------------------------|--|--|----------------|---|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.</p> | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ                         | МЕТАНИЕ  | ЛАЗАНИЕ  | ПОДВИЖНАЯ ИГРА | <p>Игра на развитие моторики и воображения «Слепим зайку»</p> |  |
|   |  |                                | Прокатывание мяча между предметами (2-3 раза). | Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков (2 раза). | «Теремок»      |   |  |
|   | ОВД 2  |                                |  |  |                |   |  |
|   | <b>Физкультурное развлечение<br/>«Пиратское развлечение»</b> |                                |  |  |                |   |  |
|   | ОВД 3 (улица)  |                                |  |  |                |   |  |
| <p>Ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе (до 1 минуты). Ходьба между 4-5 предметами, стоящими на расстоянии 30 см друг от друга.</p>                    |  | «На одной ножке вдоль дорожки» | «Брось через веревочку»                        |  | «Ловишки»      | <p>Игра – превращение «Гномик и великан»</p>                  |  |

Средняя группа

**Тема недели: 28 марта – 1 апреля**

**Птицы мира**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьему»; упражнения в равновесии и прыжках.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды педагога, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, сохраняет равновесие на повышенной опоре, лазает по гимнастической стенке, получает удовольствие от физических упражнений, активных игр

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                     | II часть | III часть          |
|---------|---------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с флажками № 82 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |               |  |   |   |  |                    |                                   |                            |
|--|---------------|--|---|---|--|--------------------|-----------------------------------|----------------------------|
| <p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную, по сигналу воспитателя остановиться.</p>  |               | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ  | МЕТАНИЕ   | ЛАЗАНИЕ  | ПОДВИЖНАЯ ИГРА     | <p>Пластические этюды «Птицы»</p> |                            |
|  |               | ходьба по доске, положенной на пол, боком приставным шагом         | Прыжки через 5-6 шнуров, положенных в одну линию. |   | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи) (2 раза).      | «Воробьи и вороны» |                                   |                            |
|  | ОВД 2         |  |   |   |  |                    |                                   |                            |
|  |               | Ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки на пояс (2 раза) | Прыжки на двух ногах через шнуры (2 раза)         |   | Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. Затем спуск вниз (2 раза). | «Воробьи и вороны» |                                   | Пластические этюды «Птицы» |
|  | ОВД 3 (улица) |  |   |   |  |                    |                                   |                            |
| <p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, повторить.</p> |               | «Бег по дорожке» (ширина дорожки 15 см)                            | «Перепрыгни ручеек.                               | Бросание мяча о землю, вверх и ловля его двумя руками |  | «Веселый невод»    | <p>Дыхательная гимнастика</p>     |                            |

Средняя группа

**Тема недели: 4-8 апреля**

**Быть здоровыми хотим**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания В равновесии и прыжках.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды педагога, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, сохраняет равновесие на повышенной опоре, владеет мячом, получает удовольствие от физических упражнений, активных игр

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** формировать навык оказания первой помощи при травме.

**Безопасность:** учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и ч/з кубики, ходьбе и беге по наклонной доске.

**Коммуникация:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.

**Познание:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор детей о временах года.

| I часть |                        | II часть | III часть          |
|---------|------------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 85 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |  |   |   |         |                |   |   |
|---|--|---|---|---------|----------------|---|---|
| <p>по одной стороне зала брусков 8-10 на расстоянии одного шага ребенка. Ходьба в колонне по одному, по сигналу дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются</p> | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ  | МЕТАНИЕ   | ЛАЗАНЬЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА | <p>Игра на внимание «Топаем/хлопаем»<br/>Здоровый образ жизни</p> |   |
|   | Ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны         | Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, на расстоянии 0,5 м один от другого; |   |         |                |   | п/и «Пробеги тихо»  |
|   | ОВД 2  |   |   |         |                |   | <p>Игра на внимание «Топаем/хлопаем»<br/>Здоровый образ жизни</p> |
|   | Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки в стороны | Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, на расстоянии 0,5 м один от другого  | Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой (2,5 м до цели) |         |                | п/и «Пробеги тихо»  |   |
| <p>ходьба и бег врассыпную, на сигнал дети перестраиваются в колонну и по ходу движения каждый ребенок находит свое место в ней.</p>  | ОВД 3 (улица)  |   |   |         |                |   | <p>«Солнышко»</p>   |
|   |  |   | «Прокати и поймай» (обручи)<br><br>«Сбей кеглю» (мешочки)                   |         |                | Катание на 3-х колесном велосипеде                                |   |

Средняя группа

**Тема недели: 11-15 апреля**  
**Неделя космоса. Космос: планеты и звёзды**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет равновесие в ходьбе и беге, соблюдает дистанцию, выполняет команды построения в колонну, шеренгу, повороты, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, метает мешочки от плеча, ловит и отбивает мяч, прицеливается в метании, получает удовольствие от физических упражнений, активных игр

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| I часть |                  | II часть | III часть          |
|---------|------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кеглей №88 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |  |  |   |   |   |                          |                                    |  |
|---|--|--|---|---|---|--------------------------|------------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки.</p> <p>Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.</p> |  | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ  | МЕТАНИЕ   | ЛАЗАНЬЕ                                       | ПОДВИЖНАЯ ИГРА           | <p>Самомассаж мячиками «Ежики»</p> |  |
|   |  |  | Прыжки в длину с места (5-6 раз).                             | Метание мешочков в горизонтальную цель (3-4 раз). |   | «Шарики и столбики»      |                                    |  |
|   |  | ОВД 2  |   |   |   |                          |                                    |  |
|   |  | <p><b>Физкультурное занятие по освоению знаний</b></p> <p><b>«Метание»</b></p> |   |   |   |                          |                                    |  |
| <p>Ходьба в колонне по одному, по кругу, с поворотом в обратную сторону в движении по сигналу, ходьба и бег врассыпную.</p>   |  | ОВД 3 (улица)  |   |   |   |                          |                                    |  |
|   |  | «По дорожке» (ширина дорожки 20 см)  | «Перепрыгни - не задень» - прыжки на двух ногах через бруски. |   | «Не задень» - лазанье под дугу (высота 50 см) | «Воробушки и автомобиль» | <p>м/п игра «Найдем воробушка»</p> |  |



Средняя группа

**Тема недели: 18-22 апреля**

**Весна шагает по планете**

**Задачи:**

Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет равновесие в ходьбе и беге, соблюдает дистанцию, выполняет команды построения в колонну, шеренгу, повороты, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, метает мешочки от плеча правой и левой руками, ловит и отбивает мяч, прицеливается в метании, получает удовольствие от физических упражнений, активных игр

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| I часть |                 | II часть | III часть          |
|---------|-----------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом №91 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |  |               |                        |   |   |                                       |  |                                   |
|--|--|---------------|------------------------|---|---|---------------------------------------|--|-----------------------------------|
| <p>Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> |  | ХОДЬБА        | ПРЫЖКИ                 | МЕТАНИЕ   | ЛАЗАНЬЕ   | ПОДВИЖНАЯ ИГРА                        | <p>Релаксация «Звуки природы»</p>  |                                   |
|  |  |               |                        | Метание мешочков на дальность (6-8 раз).  | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). | «Скворечники»                         |  |                                   |
|  |  | ОВД 2         |                        |   |   |                                       |  |                                   |
|  |  |               | Прыжки на 2 ногах, 3 м | Метание мешочков на дальность (6-8 раз).  | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (2-3 раза). | «Скворечники»                         |  | <p>Релаксация «Звуки природы»</p> |
| <p>Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Аист!» - остановиться и встать на одной ноге, руки в стороны; на сигнал: «Лягушки!» - присесть, руки положить на колени. Ходьба и бег врассыпную.</p>   |  | ОВД 3 (улица) |                        |   |   |                                       |  |                                   |
|  |  |               |                        | «Успей поймать», две шеренги, мяч друг другу одной рукой, отскок о землю, двумя руками (8-10 раз).<br><br>«Подбрось - поймай» | «Догони пару»   | Игра – превращение «Гномик и великан» | <p>Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Аист!» - остановиться и встать на одной ноге, руки в стороны; на сигнал: «Лягушки!» - присесть, руки положить на колени. Ходьба и бег врассыпную.</p> |                                   |

Средняя группа

**Тема недели: 25-29 апреля**

**Азбука безопасности**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.

**Планируемые результаты:**

Соблюдает дистанцию в ходьбе и беге, сохраняет равновесие на повышенной опоре, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, прицеливается, чтобы попасть в цель, получает удовольствие от физических упражнений, активных игр

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| Iчасть  |             | IIчасть | IIIчасть           |
|---------|-------------|---------|--------------------|
| Вводная | ОРУ в парах | ОВД 1   | Малоподвижная игра |

|   |   |  |  |  |         |                |  |  |
|---|---|--|--|--|---------|----------------|--|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.</p> |   | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ                                 | МЕТАНИЕ                                | ЛАЗАНЬЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА | <p>Игра на внимательность: виды транспорта «Наземный/Воздушный»</p> <p>(летает – руки вверх, ездит по земле – руки вниз)</p> |  |
|   |   | Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, 2-3 раза | Прыжки на двух ногах из обруча в обруч |  |         | п/и «Поезд»    |  |  |
|   | ОВД 2   |  |  |  |         |                |  |  |
|   | <p><b>Физкультурное развлечение</b></p> <p><b>«Знатоки дорожных правил»</b></p> |  |  |  |         |                |  |  |
| <p>Ходьба в колонне по одному, «Аист!» - остановиться, стоять на 1 ноге, руки в стороны, «Лягушки!» - присесть, руки на колени. Ходьба и бег врассыпную</p>   |   |  |  | «Успей поймать»<br>«Подбрось – поймай» |         | «Догони пару»  | <p>Ходьба в колонне по одному</p>  |  |
|   | ОВД 3 (улица)   |  |  |  |         |                |  |  |

Средняя группа

**Тема недели: 4-6 мая**

**День Победы**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.

**Планируемые результаты:**

Сохраняет дистанцию в ходьбе и беге, ориентируется в пространстве, находит пару по заданию, рассчитывается на 1-2-3, сохраняет равновесие при ходьбе на повышенной опоре, энергично отталкивается 2 ногами в прыжках, приземляется на носки, активно участвует в играх, проявляет инициативу, получает удовольствие от занятий физкультурой.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| I часть |                        | II часть | III часть          |
|---------|------------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ без предметов № 97 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |               |   |  |  |         |                |                        |
|---|---------------|---|--|--|---------|----------------|------------------------|
| Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны. |               | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ                                  | ЛАЗАНЬЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА | м/п игра «Покажи нос»  |
|   |               | Ходьба по доске, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс (2 раза).                   | Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров (расстояние между шнурами 30-40 см). |  |         | «Граница»      |                        |
| Ходьба в колонне по одному; прыжки через бруски; ходьба и бег врассыпную. | ОВД 2         |   |  |  |         |                |                        |
|   |               | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать, пройти дальше | Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров (расстояние между шнурами 50 см).    | Прокатывание мяча между кубиками змейкой |         | «Граница»      | м/п игра «Покажи нос»  |
|   | ОВД 3 (улица) |   |  |  |         |                |                        |
|   |               | «Пробеги - не задень». В один ряд ставят 6-8 кеглей, расстояние между ними 30 см                      | «Достань до мяча»<br><br>«Перепрыгни ручеек» от 30 до 70 см                  |  |         | «Совушка»      | Дыхательная гимнастика |

Средняя группа

**Тема недели: 10-13 мая**

**Моя семья**

**Задачи:**

Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.

**Планируемые результаты:**

Соблюдает дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды, энергично отталкивается 2 ногами и приземляется на носочки, пробует прыгать через скакалку, владеет мячом, метет мешочек из-за плеча, прицеливается; активно участвует в играх, соблюдает правила, получает удовольствие от занятий физкультурой.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| I часть |                    | II часть | III часть          |
|---------|--------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кубиком №100 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |  |  |  |  |         |                        |                                       |  |
|--|--|--|--|--|---------|------------------------|---------------------------------------|--|
| <p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Воспитатель называет ребенка по имени, он становится впереди колонны и ведет ее. Через некоторое время другой ребенок ведет колонну (2-3 смены ведущего). Ходьба и бег врассыпную по всему залу.</p> |  | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ  | ЛАЗАНИЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА         | <p>Дыхательная гимнастика</p>         |  |
|  |  |  | Прыжки в длину с места через шнур (ширина 40-50 см) (6-8 раз). | Перебрасывание мячей друг другу (8-10 раз) двумя руками снизу.                       |         | п/и «Лиса в курятнике» |                                       |  |
|  |  | ОВД 2  |  |  |         |                        |                                       |  |
|  |  | <p><b>Физкультурное занятие по освоению знаний</b></p> <p><b>«Подвижные игры, виды спорта»</b></p> |  |  |         |                        |                                       |  |
| <p>«Зайки» - остановиться и попрыгать на двух ногах, «Петушки!» - остановиться, помахать руками вверх-вниз и произнести: «Ку-ка-ре-ку!». Ходьба и бег врассыпную.</p>  |  | ОВД 3 (улица)  |  |  |         |                        |                                       |  |
|  |  |  |  | «Попади в корзину».<br>2-3 корзины, попасть мешочками<br>«Подбрось - поймай» с мячом |         | «Удочка»               | <p>Релаксация<br/>«Звуки природы»</p> |  |



Средняя группа

**Тема недели: 16-20 мая**

**Встречаем гостей**

**Задачи:**

Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.

**Планируемые результаты:**

Соблюдает дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды, метает 2 руками от плеча, прицеливается, чтобы попасть в мишень, сохраняет равновесие на повышенной опоре, пробует прыгать через скакалку, принимает активное участие в играх, получает удовольствие от занятий физкультурой.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| I часть |                    | II часть | III часть          |
|---------|--------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с палкой № 103 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|   |  |  |   |  |  |  |                                    |                                    |
|---|--|--|---|--|--|--|------------------------------------|------------------------------------|
| <p>Ходьба в колонне по одному; на сигнал: «Лошадки!»-дети идут, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний); бег врассыпную. На одной стороне зала раскладывают 5-6 палок на расстоянии одного шага ребенка. В ходьбе колонной по одному дети перешагивают через шнуры попеременно правой и левой ногой.</p> |  | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ  | МЕТАНИЕ  | ЛАЗАНЬЕ  | ПОДВИЖНАЯ ИГРА                                   | Психомимический этюд «Соленый чай» |                                    |
|   |  |  |   | Метание в вертикальную цель (мишень диаметром 50 см), расстояние 1,5-2 м от плеча (3-4 раза) | Ползание по гимнастической скамейке на животе (2 раза)                   | п/и на выбор детей «Ловишки»/ «Лиса в курятнике» |                                    |                                    |
|   |  | ОВД 2  |   |  |  |  |                                    | Психомимический этюд «Соленый чай» |
|   |  |  | Прыжки через короткую скакалку  | Метание в вертикальную цель (мишень диаметром 50 см), расстояние 2 м от плеча (3-4 раза)     | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (2 раза) | п/и на выбор детей «Ловишки»/ «Лиса в курятнике» |                                    |                                    |
| ОВД 3 (улица)   |  |  |   |  |  | «Покажи нос»                                     |                                    |                                    |
| <p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары; ходьба парами, бег врассыпную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами.</p>   | «Бегом по дорожке». Бег по дорожке между шнурами (косичками, палочками). | «Не задень». Прыжки на двух ногах между предметами «змейкой» | «Не урони». Отбивание мяча о пол (землю) одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками. |  | «Пробеги тихо»   |  |                                    |                                    |

Средняя группа

**Тема недели: 23-27 мая**

**Здравствуй, лето**

Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, прыжках

Соблюдает дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды, метает 2 руками от плеча, сохраняет равновесие на повышенной опоре, пробует прыгать через скакалку, принимает активное участие в играх, получает удовольствие от занятий физкультурой.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| I часть |                      | II часть | III часть          |
|---------|----------------------|----------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с мячом<br>№ 106 | ОВД 1    | Малоподвижная игра |

|  |  |  |                     |         |                |                        |                    |
|--|--|--|---------------------|---------|----------------|------------------------|--------------------|
| Ходьба в колонне по одному, в полуприседе, высоко поднимая колени, мелким семенящим шагом в чередовании с обычной ходьбой, бег в колонне по одному | ХОДЬБА   | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ             | ЛАЗАНЬЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА | «Ласковый ветерок»     |                    |
|  | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове     | Прыжки на 2 ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед, 3 м |                     |         | «Догонялки»    |                        |                    |
| Ходьба в колонне по одному, с изменением направления движения, по кругу, остановка и поворот, продолжение ходьбы.                                  | ОВД 2  |  |                     |         |                |                        | «Ласковый ветерок» |
|  | <b>Физкультурное развлечение</b><br><b>«Самокатпробег»</b> |  |                     |         |                |                        |                    |
|  | ОВД 3 (улица)  |  |                     |         |                |                        |                    |
|  | «Кто быстрее по дорожке»                                   |  | «Подбрось – поймай» |         | «Самолеты»     | Дыхательная гимнастика |                    |

Средняя группа

**Тема недели: 30-31 мая**  
**Вот мы, какие стали большие**

Упражнять детей в ходьбе парами, ходьбе и беге враспынную, в сохранении равновесия на повышенной опоре, в прыжках

Соблюдает дистанцию в ходьбе и беге, слышит и выполняет команды, сохраняет равновесие на повышенной опоре, принимает активное участие в играх, получает удовольствие от занятий физкультурой.

**Виды интеграции образовательных областей:**

**Здоровье:** рассказать о пользе воды в жизни человека.

**Безопасность:** учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.

**Музыка:** вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.

**Познание:** обогатить знания о перелетных птицах, здоровье.

| Iчасть  |                      | IIчасть | IIIчасть           |
|---------|----------------------|---------|--------------------|
| Вводная | ОРУ с кубиками № 109 | ОВД 1   | Малоподвижная игра |

|   |               |   |  |                     |         |                       |   |   |
|---|---------------|---|--|---------------------|---------|-----------------------|---|---|
| Ходьба в колонне по одному, перестроение в движении, ходьба и бег враспынную                                      |               | ХОДЬБА  | ПРЫЖКИ   | МЕТАНИЕ             | ЛАЗАНИЕ | ПОДВИЖНАЯ ИГРА        | м\п игра на развитие моторики и воображения «Лепим кота из кулачка» |   |
|   |               | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, хлопнуть в ладоши | Прыжки на 2 ногах ноги вместе, ноги врозь, 4-5 м |                     |         | п/и «Воробушки и кот» |   |   |
|   | ОВД 2         |   |  |                     |         |                       |   |   |
|   |               | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине перешагнуть набивной мяч    | Прыжки на правой и левой ноге до кубика, 3-4 м   | «Мяч по кругу»      |         | п/и «Воробушки и кот» |   | м\п игра на развитие моторики и воображения «Лепим кота из кулачка» |
| Ходьба в колонне по одному, с изменением направления движения, по кругу, остановка и поворот, продолжение ходьбы. | ОВД 3 (улица) |   |  |                     |         |                       |   |   |
|   |               | «Кто быстрее по дорожке»  |  | «Подбрось – поймай» |         | «Догонялки»           | Дыхательная гимнастика  |   |