

Средняя группа

НОД № 30-31		12– 16декабря
Тема недели		«Кто, как готовится к зиме»
Цель		Формирование физической культуры детей дошкольного возраста, культуры здоровья.
Задачи		Формировать умение: перестраиваться в пары на месте; мягко приземляться при спрыгивании; закреплять навык: прокатывать мяч, находить свое место в колонне; закреплять умение: прыгать на двух ногах с продвижением, через предметы, соблюдать дистанцию при передвижении.
Планируемые результаты		Умеет удерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.
Виды интеграции образовательных областей		
Физическое развитие		Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.
Социально – личностное развитие		Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.
Речевое развитие		Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.
Познавательное развитие		Учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз.
Художественно - эстетическое развитие		Разучивать упражнения под музыку в разном темпе.
Подготовительная часть	Основная часть	
Вводная	ОРУ	ОВД 1
		Заключительная часть
		Малоподвижная игра

Ходьба с разным положением рук и ног	Без предметов в движении №10	Ходьба	Прыжки	Метание	Лазанье	Подвижная игра	М/п игра «Кто живет в избушке»
		Ходьба по скамейке, руки на поясе			Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз).	П/и «У медведя во бору»	
		ОВД 2					
		Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч			П/и «Бездомный заяц»	Оздоровительная гимнастика для горла «Ворона»
Физкультурное занятие на воздухе							
Вводная	Ходьба	Прыжки	Метание	Лазанье	Подвижная игра	Заключительная часть	
Ходьба по снежным валикам, горкам - подъем - спуск. Бег	Ходьба по снежному валику, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Прыжки вверх с места с зажатым между коленями снежком			П.И. «Лошадки»	Ходьба с имитацией катания на лыжах	

врасыпную с заданиями (заяц, лиса, медведь)		(мячом).				
---	--	----------	--	--	--	--