Домашние задания на ноябрь месяц для средней группы

Неделя	Задания
Первая	Занятие №1
неделя – со 2 по 6 ноября	2. Основные виды движений:
полорл	<i>а)</i> равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребёнка (2-3 раза); <i>б)</i> прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд между кубиками, поставленными в ряд на расстоянии 0,5 м (2-3 раза);
	Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»
	Цель: приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.
	Описание. Дети — «воробушки» садятся на скамейку — «гнёздышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками — «крылышками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнёздышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнёзда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».
	Занятие №2
	2. Основные виды движений: а) равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (3-4 раза); б) прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Общая дистанция 3 м (3-4
	раза); в) бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (диаметр мяча 20-25 см) по 5-6 раз подряд в произвольном темпе.
Вторая	Занятие №1
неделя – с 9 по 13 ноября	2. Основные виды движений: а) прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, повторить 2-3 раза; б) прокатывание мячей друг другу (и.п. – стойка на коленях), 10-12 раз.
	Подвижная игра «Самолёты»
	Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.
	Описание: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки,

которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками — заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила:

Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».

По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

Варианты: Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

Занятие №2

2. Основные виды движений:

набивными мячами. Дистанция 3 м. выполняется двумя колоннами поточным способом 2-3 раза;

б) перебрасывание мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м одна от другой) двумя руками снизу.

Третья неделя - c 16 по 20 ноября

Занятие №1

2. Основные виды движений:

- *а)* броски мяча о землю и ловля его двумя руками (10-12 раз). Дети располагаются произвольно по всему залу;
- б) ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.

Подвижная игра «Птицы и снег»

Цели: учить действовать по команде взрослого; упражнять в произнесении звуков. Материал: эмблемы с изображением птиц.

Ходигры

Педагог раздаст детям эмблемы птиц, уточняет, у кого какая, и объясняет: «Все должны слушать слова по ходу игры и выполнять названные действия». Педагог начинает: «Птички летают (дети бегут по площадке), клюют зернышки (дети присаживаются, «клюют»).

Вдруг налетел ветер, завыл, зашумел. («Ввв»! - произносят дети.) Пошёл снег».

«Прячьтесь, птички! А то все перышки станут мокрыми, - зовет взрослый. - Все птички попрятались: кто под кустик, кто под дерево (дети присаживаются). Снег прошёл, птички снова полетели.

Занятие №2

2. Основные виды движений:

- *а)* броски мяча одной рукой и ловля его двумя руками после отскока (10-12 раз);
- б) ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни «как медвежата». Дистанция 3 м (повторить 2 раза);
- в) прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд.Дистанция 3 м

Четвёртая неделя с 23 по 27 ноября

Занятие №1

2. Основные виды движений:

- *а)* ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков скамейки (2-3 раза);
- б) равновесие ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе (голову и спину держать прямо). В конце скамейки сделать шаг вперёд вниз (не спрыгивать).

Подвижная игра «Берегись, заморожу!»

Цель: развитие быстроты, умения ориентироваться в пространстве. **Ход игры:** все играющие собираются на одной стороне площадки, и взрослый с ними. «Убегайте, берегитесь, догоню и заморожу!» — говорит он. Дети быстро бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в доме.

Занятие №2

2. Основные виды движений:

- *а)* равновесие ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперёд, затем выпрямиться и пройти дальше; в конце скамейки сделать шаг вперёд вниз. Положение рук может быть различным на пояс, в стороны, за голову. Повторить 2 раза.
- *б)* ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза).
- *в)* прыжки на двух ногах до кубика на расстояние 3 м (2 раза).