Домашние задания на октябрь месяц для средней группы

Неделя	Задания
Первая неделя – с 5 по 9 октября	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Руки на поясе, на середине скамейки присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейки и сойти, не спрыгивая (повторить 3-4 раза). ***б)*** прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд до кегли, на расстояние 3 м (повторить 3-4 раза). **Подвижная игра «Кот и мыши»** Разновидность игры «Ловишка», но в роли «ловишки» выступает «кот». У края игровой площадки проводится линия, за которой чертятся круги или кладутся обручи — «домики-норки мышей». На расстоянии 5—8 м от линии на пеньке или на стульчике садится «кот», а мыши устраиваются в своих «норках». Показывая начало игры, роль кота выполняет воспитатель, а затем выбирается «кот» из играющих детей. Когда все заняли свои места, воспитатель обращается к детям-«мышкам»: «Кот спит!..» Можно использовать рифмовку: *Кошка мышек сторожит,* *Притворилась, будто спит…* После этих слов воспитателя «мышки» покидают свои «норки» и начинают бегать по игровому полю, близко подходят к «коту». Через некоторое время воспитатель говорит: «Кот просыпается!..» Можно использовать рифмовку: *Тише, мышки, не шумите,* *Вы кота не разбудите!..* После этих слов «кот» встает на четвереньки, потягивается, говорит: «Мяу!..» Это служит сигналом, что он начинает ловить мышей. Пойманных «мышей» кот отводит к своему месту, а игра начинается сначала, но уже без их участия. После того, как «кот» поймал 3—5 мышей, воспитатель назначает нового «кота», а пойманные «мыши» возвращаются в игру. **Занятие №2** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (3-4 раза);

	б) прыжки на двух ногах до мягкой полочки, перепрыгнуть через неё, а затем пройти в конец своей колонны. Дистанция 4 м. повторить 2 раза.
Вторая неделя – с 12 по 16 октября	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах (2-3 раза); ***б)*** прокатывание мячей друг к другу. **Подвижная игра «Цветные автомобили»** **Задачи:** Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе. **Описание:** Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража. **Правила:** Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу. Если флажок опущен, автомобили не двигаются. **Варианты:** Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей. **Занятие №2** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат на расстоянии 0,25 м один от другого) выполняются поточным способом (3-4 раза). ***б)*** прокатывание мяча между 4-5 кубиками, поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого. Прокатывание мяча, подталкивая его двумя руками, сложенными «совочком». Задание выполняется в среднем темпе 2 раза. После прокатывания дети поднимают мяч над головой.
Третья неделя – с 19 по 23 октября	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** прокатывание мяча в прямом направлении (3 раза); ***б)*** лазанье под шнур, не касаясь руками пола (3-4 раза). **Подвижная игра «Птицелов»** **Цели**: Воспитывать внимание, умение ориентироваться в пространстве,

	развивать тембровый слух, расширять кругозор. **Оборудование**: Платок или повязка для завязывания глаз. **Описание игры** Играющие выбирают себе название птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг при помощи считалочки выбирают Птицелова, он встаёт в круг и ему завязывают глаза. Птицы ходят, кружатся, бегают вокруг птицелова и произносят слова нараспев: - В лесу, во лесочке На зелёном дубочке Птички весело поют. Ай! Птицелов идёт! Он в неволю нас возьмёт, Птицы, улетайте! Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашёл, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Пойманный становится птицеловом или нового птицелова выбирают считалкой. **Правила игры** Играющие не должны разбегаться за очерченную территорию. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу. **Занятие №2** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** подлезание под дугу (высота 50 см), касаясь руками (3-4 раза); ***б)*** равновесие – ходьба по доске (ширина 15 см), положенной на пол, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребёнка (3-4 раза); ***в)*** прыжки на двух ногах между набивными мячами (4-5 штук), положенными в две линии (3-4 раза). **Подвижная игра «Найди свой домик»** **https://www.youtube.com/watch?v=B2POpuHICFs**
Четвёртая неделя – С 26 по 30 октября	**Занятие №1** ***2. Основные виды движений:*** ***а)*** равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребёнка (2-3 раза); ***б)*** 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.