**Средняя группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема НОД** | **Оборудование** | **Цели и задачи** | **Страница** | **Дата** |
| 1 | Занятие 1 | Платочки (двух цветов) | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчиво равновесие на уменьшенной площади опорой; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола. | 19 |  |
| 2 | Занятие 2\* | Кубики (кегли), платочки | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 20 |  |
| 3 | Занятие 3\*\* | Мяч (большой диаметр), кубики, кегли, набивные мячи | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении детей по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. | 21 |  |
| 4 | Занятие 4 | Флажки, мяч | Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться ни полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. | 21 |  |
| 5 | Занятие 5\* | Мячи, флажки | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 23 |  |
| 6 | Занятие 6\*\* | Обручи, шнуры (для игр) | Упражнять детей в ходьбе и беге по одному на ногах; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках. | 23 |  |
| 7 | Занятие 7 | Мячи, шнур | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и в беге врассыпную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. | 24 - 25 |  |
| 8 | Занятие 8\* нар.игра. «Волк и овцы» | Мячи, кубики | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 26  8 |  |
| 9 | Занятие 9\*\* | Шнур, мячи, кубики | Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления. | 26 |  |
| 10 | Занятие 10 | Обручи (малые), шнур, доска | Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | 26 - 28 |  |
| 11 | Занятие 11\* | Доска, шнур | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 28 |  |
| 12 | Занятие 12 | Мячи, дорожка (ширина 20 см.) | Разучивать перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках. | 29 |  |
| 13 | Занятие 10 – 12\*\*  нар.игра. «Волк и овцы» | Мячи, дорожка, шнур, доска, обручи | Повторение пройденного материала. | 26 – 29  8 |  |
| 14 | Занятие 13 | Шнур (короткий), г/скамейка, кубик, кегля | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола мячом, приземление на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. | 30 |  |
| 15 | Занятие 14\* | Г/скамейка, шнур | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 32 |  |
| 16 | Занятие 15\* | Мяч, кегли, шнур | Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; сохранение устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры. | 32 |  |
| 17 | Занятие 16 | Обручи, мячи | Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на пол согнутые ноги в прыжках из обруча в обруч | 33 |  |
| 18 | Занятие 17\* | Обручи, мячи | Закреплять умение детей прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения (занятие проводится аналогично по предыдущему материалу). | 34 |  |
| 19 | Занятие 18\*\* | Мяч, кубики (кегля) | Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках; закреплять умение действовать по сигналу. | 34 |  |
| 20 | Занятие 19 | Мячи, шнур | Повторить ходьбу в колонне по одному развивая глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазании под дугу. | 35 |  |
| 21 | Занятие 20\*  Нар.игра «Под буркой» | Шнур, мяч | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 35  14 |  |
| 22 | Занятие 21\*\* | Обручи, шнуры | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей в прыжках с продвижением вперед. | 36 |  |
| 23 | Занятие 22 | Кегли, дуга (шнур); доска, мячи (набивные) | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесие при ходьбе на уменьшенной площади опоры. | 36 |  |
| 24 | Занятие 23\* | Шнур, мяч | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 37 |  |
| 25 | Занятие 24\*\* | Мячи, корзина (кольцо), шнур | Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер. | 38 |  |
| 26 | Занятие 23 – 24\*\*  Нар.игра «Под буркой» | Шнур, мячи, кольцо | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 37 – 38  14 |  |
| 27 | Занятие 25 | Кубики, г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. | 39 |  |
| 28 | Занятие 26\* | Г/ скамейка, шнуры, мячи | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 40 |  |
| 29 | Занятие 27\*\* | Шнур (веревка), мяч | Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранение равновесия на уменьшенной опоре. | 40 |  |
| 30 | Занятие 28 | Шнуры, мячи, кубик (кегли) | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча | 41 |  |
| 31 | Занятие 29\* | Кубики, мячи, шнуры | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 42 |  |
| 32 | Занятие 30\*\* | Мячи | Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывание мяча в прямом направлении | 43 |  |
| 33 | Занятие 31 | Мяч, гимнастическая скамейка | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле ее двумя руками; повторить ползание на четвереньках | 43 |  |
| 34 | Занятие 32\* нар. Игра «Защити гостя» | Мяч, гимнастическая скамейка | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 44  20 |  |
| 35 | Занятие 33\*\* | Кубики (6 – 8 штук), мяч | Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением | 45 |  |
| 36 | Занятие 34 | Флажки, г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по г/ скамейке, развивая силу и ловкость | 45 |  |
| 37 | Занятие 35\* | Г/ скамейка, кубики | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 46 |  |
| 38 | Занятие36\*\* | Мешочек | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность; упражнять в прыжках | 46 |  |
| 39 | Занятие 34 – 36\*\*  нар. Игра «Защити гостя» | Флажки, г/ скамейка, кубики, мешочек | Повторение пройденного материала | 45 – 46  20 |  |
| 40 | Занятие 1 | Платочки, шнур (2м), бруски | Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры | 48 |  |
| 41 | Занятие 2 | Шнур, мяч | Развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие | 49 |  |
| 42 | Занятие 3 | Снеговик | Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега, в умении действовать по сигналу воспитателя | 49 |  |
| 43 | Занятие 4 | Мячи, скамейка | Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами | 50 |  |
| 44 | Занятие 5\* | Скамейка (высота 25 см.), мячи | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 51 |  |
| 45 | Занятие 6\*\* | Лыжи | Учить детей брать лыжи и переносить их на плечи к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом | 51 |  |
| 46 | Занятие 7 | Мячи, г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках | 52 - 53 |  |
| 47 | Занятие8 нар.игра «Крыша» | Мячи, набивные мячи | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 54  28 |  |
| 48 | Занятие 9\*\* | Лыжи, снежки | Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска | 54 |  |
| 49 | Занятие 10 | Кубики, г/ скамейка | Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе | 54 - 56 |  |
| 50 | Занятие 11\* | Г/ скамейка, обручи | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 56 |  |
| 51 | Занятие 12\*\* | Лыжи | Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом | 56 |  |
| 52 | Занятие 10 – 12\*\* нар.игра «Крыша» | Кубики, г/ скамейка, лыжи, обручи | Повторение пройденного материала | 54 – 56  28 |  |
| 53 | Занятие 13 – 14\* | Обручи, канат, мячи | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе, по уменьшенной площади опоры; повторить упражнение в прыжках | 57 - 58 |  |
| 54 | Занятие 15\* | Снежки, снеговик | Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторит игровые упражнения | 59 |  |
| 55 | Занятие 16 – 17\* | Мячи, г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу | 59 – 60 |  |
| 56 | Занятие 18\*\* | Лыжи, елка | Закреплять навык скользящего шага; упражнять в беге и прыжках вокруг внешней лавы | 60 |  |
| 57 | Занятие 19 – 20\* Нар.игра «Пастух и овцы» | Косичка (для упражнений), мяч, г/ скамейка | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по г/ скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом | 61 – 62  8 |  |
| 58 | Занятие 21\*\* | Снежки | Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность | 62 |  |
| 59 | Занятие 22 | Обручи, г/ скамейка, шнур | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке; закреплять умение правильно подлезать под шнур | 63 |  |
| 60 | Занятие 23\* | Г/ скамейка, шнур | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 64 |  |
| 61 | Занятие 24\*\*  Нар.игра «Пастух и овцы» | Снежки | /Повторить занятие 21\*/  Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность | 62  8 |  |
| 62 | Занятие 25 | Г/ скамейка, бруски | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках | 65 |  |
| 63 | Занятие 26\* | Мячи, шнур | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 66 |  |
| 64 | Занятие 27\*\* | Санки, кегли | Повторить метание снежков в цель; игровые задания на санках | 67 |  |
| 65 | Занятие 28 | Стулья (для упражнений); обручи, мячи | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами | 67 |  |
| 66 | Занятие 29 | Шнуры, мячи | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 68 |  |
| 67 | Занятие 30\*\* | Снежки | Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками | 68 |  |
| 68 | Занятие 31 | Мячи, г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами, в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползание на четвереньках | 69 |  |
| 69 | Занятие 32  Нар.игра «Дождик и козлик» | Г/скамейка, мешочки | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 70  35 |  |
| 70 | Занятие 33\* | Снежки, санки | Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки | 70 |  |
| 71 | Занятие 34 | Г/ палка, г/ скамейка, набивные мячи | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами | 70 |  |
| 72 | Занятие 35\* | Г/ скамейка, кубики | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 71 |  |
| 73 | Занятие 36\*\* | Кубики и кегли, санки | Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения | 72 |  |
| 74 | Занятие 34 – 36\*\*  Нар.игра «Дождик и козлик» | Г/палка, г/ скамейка, кубики | Повторение пройденного материала | 70 – 72  35 |  |
| 75 | Занятие 1 | Кубики, шнур | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках | 72 |  |
| 76 | Занятие 2\* | Кубики, шнур, скакалка | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 73 |  |
| 77 | Занятие 3\* | Снежки, кегли (6 – 8 штук) | Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя | 73 |  |
| 78 | Занятие 4 | Обручи, мячи, шнур | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку | 74 |  |
| 79 | Занятие 5\* | Обручи, мячи, шнур | Повторить с детьми ходьбу и бег врассыпную | 75 |  |
| 80 | Занятие 6\*\* | Шнур, мяч | Упражнять детей в ходьбе, чередуя прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в бег в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой | 76 |  |
| 81 | Занятие 7\* | Мячи, г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами | 76 |  |
| 82 | Занятие 8\* | Мячи, г/ скамейка | Упражнять в ползании на животе по скамейке (занятие проводится аналогично предыдущему материалу) | 77 |  |
| 83 | Занятие 9\*\* | Кубики (шнуры) | Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно) | 77 |  |
| 84 | Занятие 10 | Флажки, г/ скамейка, шнур | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках | 78 |  |
| 85 | Занятие 11\* Нар.игра «Жмурки» | Г/скамейка, доска, шнур | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 79  37 |  |
| 86 | Занятие 12\*\* | Шнуры (6 – 8 штук), дорожка (ширина 15 см.) | Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторять упражнения с мячом, в равновесии и в прыжках | 79 |  |
| 87 | Занятие 11\* - 12\*\*  Нар.игра «Жмурки» | Г/скамейка, доска, шнур, дорожка | Повторение пройденного материала | 79  37 |  |
| 88 | Занятие 13 | Доска, бруски | Упражнять детей в ходьбе и в беге в колоне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках | 80 |  |
| 89 | Занятие 14\* | Г/скамейка, шнуры (5 - 6) | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 81 |  |
| 90 | Занятие 15\*\* | Обручи, кегли, велосипед (трехколесный) | Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами | 82 |  |
| 91 | Занятие 16 | Кегли, мешочки | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метание мешочков в горизонтальную цель | 82 |  |
| 92 | Занятие 17\* | Мячи, кегли | Закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места  (Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу) | 83 |  |
| 93 | Занятие 18\*\* | Дорожка (20 см.) | Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнение в прыжках и в под лазании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры | 84 |  |
| 94 | Занятие 19 | Мячи, мешочки, г/ скамейки | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках | 84 |  |
| 95 | Занятие 20\*  Нар.игра «Волк и овцы» | Мешочки, г/ скамейки | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 85  8 |  |
| 96 | Занятие 21\*\* | Мячи | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер | 85 |  |
| 97 | Занятие 22 | Косички (для упражнений); доска, обручи | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнение в равновесии и прыжках | 86 |  |
| 98 | Занятие 23\*\* | Г/ скамейка | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 87 |  |
| 99 | Занятие 24\*\* | Кубики, обручи | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывание мяча | 87 |  |
| 100 | Занятие 22 – 24\*\*  Нар.игра «Волк и овцы» | Обручи, доска, г/ скамейка, кубики, шнур | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 8 |  |
| 101 | Занятие 25 | Доска (ширина 5 см.); шнуры (5 – 6) | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места | 86 - 87 |  |
| 102 | Занятие 26\* | Г/скамейка, шнуры, мячи | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 88 |  |
| 103 | Занятие 27\*\* | Мяч, 6 – 8 кеглей | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом | 89 |  |
| 104 | Занятие 28 | Кубики, шнур, мячи | Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом | 89 |  |
| 105 | Занятие 29\* | Скамейка, мячи, мешочки | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 90 |  |
| 106 | Занятие 30\*\* | Корзины, мячи | Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками | 90 |  |
| 107 | Занятие 31 | Палка (для упражнения), г/ скамейка | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель | 91 |  |
| 108 | Занятие 32\*  Нар.игра «Пастух и овцы» | Г/скамейка, скакалка | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 92  8 |  |
| 100 | Занятие 33\*\* | Мяч, шнуры | Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через скакалку, умение перестраиваться по ходу движения | 92 |  |
| 110 | Занятие 34 | Г/скамейка, шнур | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках | 92 |  |
| 111 | Занятие 35\* Нар.игра «Пастух и овцы» | Г/скамейка, доска | Занятие проводится аналогично по предыдущему материалу. | 93  8 |  |
| 112 | Занятие 36\*\* | Мячи, шнуры (веревки) | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и в ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом | 93 - 94 |  |