

**Годишно тематично разпределение за 4. подготвителна възрастова група по**

**образователно направление *Физическа култура***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месец седмица** | **Тема** | **Образователно ядро** | **Очаквани резултати** |  |
| септември  1 | Подвижни игри на открито – Вече знам | Игрова двигателна дейност | Има натрупани знания и опит за подвижни игри.  Изпитва желание за включване в групови игри. Може да спазва игровите правила. |  |
| септември  1 | Да започваме играта | Естествено-приложна двигателна дейност | Строява се и се престроява в колона редица, кръг и обратно със смяна на посоката и темпа.  Придвижва се чрез маршируване и спазва точно устни указания. |  |
| септември  1 | Да продължим играта | Естествено-приложна двигателна дейност | Строява се и се престроява в колона редица, кръг и обратно със смяна на посоката и темпа.  Придвижва се чрез маршируване и спазва точно устни указания. |  |
| септември 2 | Строеви упражнения - Вече знам | Естествено-приложна двигателна дейност | Има формирани двигателни умения за двигателна дейност с организиращ характер.  С желание се включва в изпълнение на физически упражнения индивидуално и в група.  Обръща внимание на красотата при изпълнение на различните движения. |  |
| септември 2 | Всяка пчеличка в своя кошер | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в подвижни игри. |  |
| септември 2 | Спортни игри на открито | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни игри с организиращ характер, с общо въздействие и с насочено въздействие. |  |
| октомври  3 | Общоразвиващи упражнения | Естествено-приложна двигателна дейност | Прилага с желание общоразвиващи упражнения (ОРУ) в своята двигателна дейност.  Развива своите двигателни способности.  Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателни качества. |  |
| октомври  3 | Прави като мен | Игрова двигателна дейност | Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност. |  |
| октомври  3 | Ние сме войници | Игрова двигателна дейност | Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност.  Изпълнява групови подвижни игри на открито. |  |
| октомври  4 | Бягане | Естествено-приложна двигателна дейност | Може да бяга, като увеличава скоростта и интензивността.  Стреми се към високи индивидуални постижения и сравнява своите резултати с резултатите на другите. |  |
| октомври  4 | Докосни лентата | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни игри за комплексно развитие на двигателните способности. |  |
| октомври  4 | Състезателни игри | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит. |  |
| октомври  5 | Бягане през препятствия | Естествено-приложна двигателна дейност | Може да бяга, като преодолява различни препятствия – играчки, гумени модули и др.  Реагира емоционално на собствените си постижения и проявява състезателен дух. |  |
| октомври  5 | Олимпиада | Естествено-приложна двигателна дейност.  Спортно-подготвителна двигателна дейност.  Физическа дееспособност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит.  Може да бяга, като преодолява различни препятствия – играчки, гумени модули и др.  Реагира емоционално на собствените си постижения и проявява състезателен дух. |  |
| октомври  5 | Слушай сигнала | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.  Бяга за постижение. |  |
| октомври  6 | Състезателни игри на открито | Естествено-приложна двигателна дейност | Може да изпълнява комбинация от овладени двигателни действия.  Подбира подходящи уреди и пособия за своята двигателна дейност. |  |
| октомври  6 | На есенна разходка | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит. |  |
| октомври  6 | Влак | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката си на ходене – комбинация от различни видове ходене с други движения. |  |
| ноември  7 | Хандбал | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Формира по нов начин своите двигателни умения. Възпитава в себе си състезателен дух в условията на колективната игра.  Развива и усъвършенства волевите черти на характера. |  |
| ноември  7 | Палавата топка | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит. |  |
| ноември  7 | Гърнета | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения. |  |
| ноември  8 | Хвърляне на топка с две ръце | Естествено-приложна двигателна дейност | Овладява видове хвърляне според големината и теглото на топките.  Демонстрира умения за различни видове хвърляния с една и с две ръце.  Проявява предпочитания за индивидуални и колективни игри с топка. |  |
| ноември  8 | Игри с топка | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Демонстрира умения за различни видове хвърляния с една и с две ръце.  Проявява предпочитания за индивидуални и колективни игри с топка.  Съблюдава и изисква от другите спазването на правила и норми на поведение в спортната игра. |  |
| ноември  8 | Гоненица | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката на бягане в различни посоки. |  |
| ноември  9 | Екскурзия | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Проявява емоционално отношение към туристическата двигателна дейност.  Стреми се да спазва общоприетите правила за поведение в условията на природата с цел опазване на живота и здравето. |  |
| ноември  9 | По горската пътека | Естествено-приложна двигателна дейност | Придвижва се чрез равновесно ходене.  Изпълнява комбинации от различни видове бягане.  Изпълнява подскоци с един и два крака с придвижване. |  |
| ноември  9 | Предай щафетата | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни щафетни игри за комплексно развитие на двигателните способности. |  |
| ноември  10 | Ритмични движения | Естественоприложна двигателна дейност | Умее да изпълнява комбинация от различни видове ходене с изразена пластичност.  Може да изпълнява ритмични танцови движения и да следва зададен ритъм. |  |
| ноември  10 | Да танцуваме заедно | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро и може да изпълнява ритмични движения.  Може да съгласува движенията си с другите. |  |
| ноември  10 | Весело хорце | Игрова двигателна дейност | Владее набор от музикално двигателни народни подвижни игри. |  |
| декември  11 | Игри с топка | Спортно-подготвителна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Владее богат набор от двигателни способности за игри с топка.  Включва се с желание в организиране и провеждане на колективни детски игри с топка.  Развива някои свои лични качества – организираност, дисциплина, стремеж към лидерство в играта. |  |
| декември  11 | Подвижни игри с топка | Игрова двигателна дейност | Демонстрира умения за различни видове хвърляния с една и с две ръце.  Проявява предпочитания за индивидуални и колективни игри с топка.  Съблюдава и изисква от другите спазването на правила и норми на поведение в спортната игра. |  |
| декември  11 | Антилопи и лъв | Игрова двигателна дейност | Владее техниката на скачане на скок на дължина от място (последователно няколко пъти), скок от ниско на високо и дълъг скок със засилване. |  |
| декември  12 | Скок от място | Естествено-приложна двигателна дейност | Може да изпълнява различни видове скокове, като координира движенията си и спазва двигателна култура. Стреми се към постижение и се съревновава с другите. Умее да изпълнява комбинации от овладени скокови и други двигателни действия. |  |
| декември  12 | Пъргавите катерички | Игрова двигателна дейност | Използва естествено-приложни движения в игра за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| декември  12 | Листа и вятър | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката си на бягане. Проявява самоконтрол и се стреми към правилно изпълнение.  Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика.  Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план. |  |
| декември  13 | Спортно-подготвителни упражнения и игри | Спортно-подготвителна двигателна дейност. Физическа дееспособност | Демонстрира своите двигателни способности в поредица от спортно-подготвителни упражнения.  Възприема и осъзнава двигателната дейност като един от начините за лична изява. |  |
| декември  13 | Спортно-подготвителни упражнения и игри с топка | Спортно-подготвителна двигателна дейност. | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит.  Възпитава в себе си състезателен дух в условията на колективната игра.  Развива и усъвършенства волевите черти на характера. |  |
| декември  13 | Елените на Дядо Коледа | Игрова двигателна дейност | Използва естественоприложните действия за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| декември  14 | Зимни игри на открито | Спортно-подготвителна двигателна дейност.  Игрова двигателна дейност | Проявява своите игрови и социално-комуникативни умения.  Владее многообразие от двигателни качества за активно участие в зимни спортни игри на открито. Проявява желание за екипна игра. |  |
| декември  14 | Зимни игри на открито | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност. Изпълнява закалителни процедури. |  |
| декември  14 | Прави като мен | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност и желание за победа. |  |
| януари  15 | Състезание с шейни | Спортно-подготвителна двигателна дейност.  Игрова двигателна дейност | Проявява критично отношение съм собствените резултати и тези на другите.  Може да прилага комбинации от естествено- приложни движения в спортно-игрова дейност. Участва с желание в игрите, проявява готовност за партниране. |  |
| януари  15 | Състезание с шейни | Игрова двигателна дейност | Участва с желание в игрите, проявява готовност за партниране.  Изпълнява закалителни процедури.  Проявява внимание, съобразителност и желание за победа. |  |
| януари  15 | Снежен човек | Игрова двигателна дейност | Проявява стремеж към коопериране, взаимодействие и работа в екип.  Изпълнява закалителни процедури. |  |
| януари  16 | Изтегляне върху пейка | Естествено-приложна двигателна дейност | Стреми се да овладее ново двигателно умение. Проявява дисциплинираност и последователност. |  |
| януари  16 | Хоро | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро и може да изпълнява ритмични движения.  Може да съгласува движенията си с другите. |  |
| януари  16 | Цветни автомобили | Игрова двигателна дейност.  Естествено-приложна двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност и желание за победа. |  |
| януари  17 | Равновесно ходене | Естествено-приложна двигателна дейност.  Игрова двигателна дейност | Ходи равновесно по тясна повърхност – гимнастическа пейка.  Участва с желание в игри с редуване на двигателни умения. |  |
| януари  17 | Пренеси топката | Естествено-приложна двигателна дейност  Игрова двигателна дейност | Пренася, хвърля, подава, лови и изпълнява игрови комбинации с топка.  Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. |  |
| януари  17 | Подай топката | Игрова двигателна дейност | Хвърля, подава, лови и изпълнява игрови комбинации с топка по двойки. |  |
| януари  18 | Гимнастика | Естествено-приложна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Изпълнява самостоятелно комбинации от познати двигателни действия.  Проявява интерес и желание за включване на гимнастически уреди и пособия в двигателната си дейност.  Проявява отношение към промените в собственото си тяло при изпълнение на гимнастически игри. |  |
| януари  18 | Ловци и зайци | Естествено-приложна двигателна дейност.  Игрова двигателна дейност | Използва естествено-приложни движения в игра за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| януари  18 | Палави маймунки | Игрова двигателна дейност | Може да прави комбинации от естествено-приложни движения с катерене и прекатерване. Владее основите на техниката при катерене с кръстосана координация. |  |
| февруари  19 | Да танцуваме | Игрова двигателна дейност.  Естествено-приложна двигателна дейност | Проявява емоционално отношение при използване на двигателни умения за интерпретиране на музикален ритъм. Владее основните положения и движения на тялото си. |  |
| февруари  19 | Да танцуваме | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро ръченица, валс, танц по двойки и може да изпълнява ритмични движения.  Може да съгласува движенията си с другите. |  |
| февруари  19 | Футбол | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Владее основни движения, характерни за играта. Демонстрира желание за включване в групови спортни игри. |  |
| февруари  20 | Зимен поход | Естествено-приложна двигателна дейност | Участва в организиран поход на открито при зимни условия и овладява някои правила за придвижване в снега.  Проявява сила, издръжливост и съобразителност при изпълнение на двигателните задачи. |  |
| февруари  20 | Игра със снежни топки | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност.  Изпълнява закалителни процедури. |  |
| февруари  20 | Бадминтон | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Усъвършенства основните правила на бадминтон. Умее да проявява спортен дух при игра по двойки. |  |
| февруари  21 | Скок от ниско на високо | Естествено-приложна двигателна дейност | Изпълнява самостоятелно скок от ниско на високо с два крака на височина 20 см.  Изпълнява комбинации с други двигателни действия. Проявява критичност към собствените си резултати и резултатите на другите. |  |
| февруари  21 | Пъргавите катерички | Игрова двигателна дейност | Използва естествено-приложни движения в игра за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| февруари  21 | Спортни игри на открито | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит.  Участва активно в състезание с шейни на сняг.  Възпитава в себе си състезателен дух в условията на колективната игра. |  |
| февруари  22 | Екскурзия | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Проявява желание за участие в туристическа дейност.  Чувства удовлетвореност от възможността за активно движение сред природата.  Демонстрира организираност, отговорност и готовност за взаимопомощ. |  |
| февруари  22 | Екскурзия | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Проявява емоционално отношение към туристическата двигателна дейност.  Стреми се да спазва общоприетите правила за поведение в условията на природата с цел опазване на живота и здравето. |  |
| февруари  22 | На мегдана | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро и ръченица.  Може да изпълнява ритмични движения и да съгласува движенията си с другите. |  |
| март  23 | Щафетни състезателни игри | Спортно-подготвителна двигателна дейност.  Физическа дееспособност | Активно развива кондиционните си способности. Интересува се от възможностите за ефективно лично физическо развитие.  Проявява интерес и желание за участие в игри с динамично натоварване. |  |
| март  23 | Детска олимпиада | Спортно-подготвителна двигателна дейност.  Игрова двигателна дейност.  Физическа дееспособност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит.  Може да бяга, като преодолява различни препятствия – играчки, гумени модули и др.  Реагира емоционално на собствените си постижения и проявява състезателен дух. |  |
| март  23 | Бели пеперудки | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от постиженията в двигателната дейност и равнището на собствените си двигателни способности. |  |
| март  24 | Катерене и вис | Естествено-приложна двигателна дейност.  Физическа дееспособност | Катери се самостоятелно по катерушка или шведска стена с кръстосано движение на крайниците.  Проявява двигателните си способности сила, издръжливост, ловкост. |  |
| март  24 | Палави маймунки | Естествено-приложна двигателна дейност | Може да прави комбинации от естествено-приложни движения с катерене и прекатерване. Владее основите на техниката при катерене с кръстосана координация. |  |
| март  24 | Мечо турист | Игрова двигателна дейност | Умее да редува ходене в различно темпо, редувано с други двигателни действия – пълзене, провиране, скокове.  Сравнява се с другите деца и се стреми към правилно изпълнение. |  |
| март  25 | Игри на горската поляна | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Има изградени умения за изпълнение на основните форми на туристическа практика.  Проявява екологическа култура и стремеж за опазване на природата.  Може да се предпазва от травми и има отговорност за собственото си здраве и безопасност по време на екскурзия. |  |
| март  25 | Търкаляй топката | Естественоприложна двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната дейност с топка. |  |
| март  25 | Слалом с топка | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката на двигателните действия търкаляне и ритане на топка. Проявява стремеж към коопериране, взаимодействие и отборна игра. |  |
| март  26 | Състезание | Физическа дееспособност. Игрова двигателна дейност | Може да планира последователността на двигателната си дейност за достигане на кулминация на натоварването.  Знае какво е насоченото въздействие на видовете упражнения – за разгряване, за изправително въздействие, за успокояване, за метроритъм и т.н.  Възприема двигателната дейност като една от формите на изразяване. |  |
| март  26 | Дриблирай топката | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната дейност с топка.  Проявява стремеж към коопериране и взаимодействие. |  |
| март  26 | Подай точно | Игрова двигателна дейност | Има представи за спецификата и техниката на двигателните действия хвърляне и ловене в игра по двойки. |  |
| април  27 | Каране на велосипед | Естествено-приложна двигателна дейност. Спортно-подготвителна двигателна дейност | Проявява интерес и желание да се научи да кара велосипед. Следва инструкциите и проявява двигателни качества – ловкост, издръжливост, координиране на движенията на крайниците.  Преодолява страха от неуспех и има воля и характер да овладее новия спорт. |  |
| април  27 | Цели се в обръча | Игрова двигателна дейност | Проявява двигателни умения и качества. Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната си дейност. |  |
| април  27 | Пролетни танци | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателна ритмична дейност. |  |
| април  28 | Колективни игри с топка | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Има формирани двигателни и социални умения за участие в колективни спортове.  Проявява желание за включване в игрите.  Може да изпълнява игровите правила и да следи за това и другите участници в отбора.  Демонстрира дисциплинираност, честност и воля за победа. |  |
| април  28 | Търсачи на съкровища | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от двигателни действия. |  |
| април  28 | Търсачи на съкровища | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от двигателни действия. |  |
| април  29 | Състезателни игри с видове ходене и бягане | Естественоприложна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Има представи за вариативност на комбинациите в подвижните игри с топка.  Има развити координационни и кондиционни способности.  Стреми се към престиж чрез демонстрация на спортно-познавателни компетенции.  Изпитва емоционална удовлетвореност от постиженията в двигателната дейност.  Сравнява се с другите деца и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план. |  |
| април  29 | Да полетим в Космоса | Естественоприложна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Умее да бяга в права посока, с различно темпо и проявява висока издръжливост. |  |
| април  29 | Слушай командата | Игрова двигателна дейност | Прилага комбинации от познати двигателни действия в спортноподготвителната и игровата двигателна дейност. |  |
| април  30 | Спортносъстезателни игри с лазене, провиране, катерене и вис | Естественоприложна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Проявява стремеж към усъвършенстване на възприетите движения.  Сравнява възможностите си с другите деца и се стреми към постижения и себедоказване.  Изпитва емоционална удовлетвореност от постиженията в двигателната дейност и равнището на собствените си двигателни способности. |  |
| април  30 | Кой ще бъде пръв | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от постиженията в двигателната дейност и равнището на собствените си двигателни способности. |  |
| април  30 | Игри с обръч и въже на открито | Игрова двигателна дейност | Скача продължително на въже, самостоятелно и в състезателни двойки.  Стреми се към високи резултати и победа.  Върти обръч около кръста или го използва в подвижни игри по двойки.  Проявява стремеж към усъвършенстване на възприетите движения. |  |
| май  31 | Подвижни игри с комбинирани скокови движения | Естественоприложна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Има представа за спецификата и техниката на двигателните действия при скок от място с два крака, опорен лицев прескок, скачане с въженце и скок на височина със засилване.  Владее техниката на скачане на скок на дължина от място (последователно няколко пъти), скок от ниско на високо и дълъг скок със засилване.  Проявява стремеж към усъвършенстване на възприетите движения. |  |
| май  31 | Писана и врабците | Игрова двигателна дейност | Изпълнява подскоци от ниско на високо и от високо на ниско, в съчетание с отскачане с един и два крака. |  |
| май  31 | Пускам, пускам кърпа | Игрова двигателна дейност | Играе с удоволствие детска народна игра. Съблюдава за спазване на правилата. |  |
| май  32 | Скачане на въже | Естественоприложна двигателна дейност. | Скача на въже, самостоятелно и в състезателни двойки. Стреми се към високи резултати и победа. |  |
| май  32 | Народна топка | Игрова двигателна дейност | Има представи за спецификата и техниката на двигателните действия: хвърляне и ловене.  Проявява стремеж към усъвършенстване на възприетите движения.  Сравнява се с другите деца и се стреми към правилно изпълнение.  Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната дейност с топка. |  |
| май  32 | Скачане на въже | Естественоприложна двигателна дейност. | Скача на въже, самостоятелно и в състезателни двойки. Стреми се към високи резултати и победа. |  |
| май  33 | Да сме здрави и силни – Вече знам | Физическа дееспособност | Има развити двигателни способности и естествено-приложни действия.  Има положително отношение към собствената си двигателна дейност.  Стреми се да покаже двигателни способности и изпитва удовлетворение от собствените си постижения. |  |
| май  33 | Спортно-подготвителни упражнения и игри – Вече знам | Физическа дееспособност. Естествено-приложна двигателна дейност | Владее двигателните дейности с организиращ характер и ги изпълнява с удоволствие.  Участва и организира спортно-подготвителни упражнения и игри за развитие на двигателната активност.  Включва се с желание в двигателна дейност с организиращ характер и се стреми да извършва красиви движения. |  |
| май  33 | Спортен празник | Игрова двигателна дейност | Осъзнава ролята на играта и състезанието за своето емоционално състояние и като превенция на здравето.  Проявява желание за екипна игра, стреми се към лидерство и себеутвърждаване в играта. |  |
| май  34 | Смелите разузнавачи | Игрова двигателна дейност | Придвижва се чрез лазене от коленнолакътна опора в комбинация с провиране и катерене. |  |
| май  34 | Баба костенурка | Игрова двигателна дейност | Придвижва се чрез лазене от коленнолакътна опора с неголяма тежест на гърба си. |  |
| май  34 | На състезание | Игрова двигателна дейност | Участва в състезателни игри с деца от други групи в детската градина. |  |
| май  35 | Растем здрави и силни | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в състезание с поставени двигателни задачи от леката атлетика. |  |
| май  35 | Растем здрави и силни | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в състезание с поставени двигателни задачи от баскетбол. |  |
| май  35 | Растем здрави и силни | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в състезание с поставени двигателни задачи от футбол. |  |
| май  36 | Игри на открито | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни игри с организиращ характер и общо въздействие. |  |
| май  36 | Игри на открито | Игрова двигателна дейност | Владее спортно-подготвителни и щафетни игри. Познава и спазва духа на „честната игра”. |  |
| май  36 | Игри на открито | Игрова двигателна дейност | Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика, има усъвършенствана техника на естествените си движения. |  |