Примерно разпределение на образователното съдържание по направление „Физическа култура“ съобразно възможностите за реализиране на темите и постигане на очакваните резултати

123

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **IX/1.** | ЕПДД ИДД ФД | **1. Хайде да спортуваме** | * Включва се с желание във физически упражнения и спорт. * Знае предназначението на различни видове облекло. * Спазва хигиенни норми. * Може да се строява в колона, редица и кръг. | Общоразвиващи упражнения (ОРУ), бягане, ходене,  *игри* „Рибарска мрежа“ и „Ти гониш“ | Методическо ръководство за реализиране на образователното съдържание в 3. подготвителна група в детската градина и в училището, София, 2018 г. |
| ЕПДД ИДД ФД | **2. Ние сме гъвкави и ритмични** | * Може да се придвижва чрез ритмувано ходене и бягане. | ходене, бягане, аеробика | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **3. Играта е радост** | * Демонстрира умения за ходене и бягане. * Престроява се от колона в редица. * Участва с желание в игри с топка в ръце. | ходене, бягане, строяване, *подвижни игри* с топка | Методическо ръководство |
| **IX/2.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **4. Топката е послушна** | * Демонстрира умения за ходене и бягане странично с догонваща крачка. * Престроява се в кръг. * Изпълнява спортно-подготвителни игри с топка в крака. | ходене и бягане странично, *игри* „Послушна топка”, „Удар по висяща топка” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **5. Играем на стената** | * Демонстрира умения за ходене и бягане в коридор. * Престроява се в колона. * Участва с желание в игра с топка с крака. | ходене и бягане в коридор, *игри*  „Щафета на стена”, „Подаване със стена”,  „Подаване в колона със стена”, „Смелият футболист“ | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **6. Уцели мишената** | * Демонстрира умения за ходене и бягане с високо повдигане на коленете. * Може да скача на височина. * Може да хвърля и да лови топка. * Демонстрира умения за подаване на топка. | ходене и бягане с висока повдигане на краката, *игри* „Улучи топката”, „Кой ще хвърли по-далеч”, „Топка през обръч” | Методическо ръководство |
| **X/3.** | ЕПДД | **7. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за придвижване чрез ходене по пейка. * Демонстрира умения за придвижване чрез провиране през обръчи. * Демонстрира умения за придвижване чрез бягане в колона, между препятствия (зиг-заг). | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |

124

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ФД | **8. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за бягане на 40 м за постижение. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ФД | **9. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за скачане – скок на дължина от място. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| **X/4.** | ФД | **10. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за хвърляне на плътна топка. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ФД | **11. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за хвърляне на малка топка в хоризонтална цел. * Демонстрира умения за хвърляне на малка топка във вертикална цел. | задачи за проследяване на постиженията, работни листове от книгата за учителя | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД | **12. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Разпознава: * строй за организиране на децата при изпълнение на общоразвиващи упражнения; * естествено-приложни движения; * спортове и спортни пособия, които са необходими за практикуването им. | задачи за проследяване на постиженията, работни листове от книгата за учителя | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| **X/5.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **13. Ловци без топка** | * Може да скача от ниско на високо на два крака. * Включва се с желание в спортно-подготвителни игри, обвързани с различни спортове – футбол, хандбал. * Усвоява умения от футбола и умения за точност. | ловене, организиране на обсада,  *игра* „Подай през вратата” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **14. Паралелен слалом** | * Може да скача от ниско на високо с отскачане от един крак. * Усвоява елементи от футбола. * Назовава двигателното качество бързина и го демонстрира. | изпълняване на паралелен слалом,  *игра* „Дразнеща гоненица” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **15. Подаваме си топката** | * Може да бяга в различни посоки. * Проявява развитие на бързина. * Изпълнява спортно-подготвителни игри, свързани със спортове, в които се използва топка. * Може да подава топка с ръка – елементи от баскетбол, хандбал, волейбол. | изпълняване на пас, *игри* „Ъглова топка”,  „Улови топката” | Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **X/6.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **16. Топка във вратата** | * Бяга в различно темпо. * Умее да стреля с топка в цел. * Овладява елементи от различни спортове – волейбол, хандбал. | подаване под въже, подаване на топка през обръч | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **17. Играем в кръг** | * Може да се построява в кръг. * Може да подава и лови гумена топка и да се придвижва. * Включва се в спортно-подготвителни игри, свързани със спортове, в които се използва топка. * Може да подава топка с ръка – елементи от баскетбол, хандбал, волейбол. * Разбира правила и команди и ги спазва. | *Игри* „Опиши кръга”, „Подай и отиди на неговото място” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **18. Движение за здраве** | * Притежава гъвкавост и ловкост – използва естествено-приложни движения за комплексно развитие на двигателните качества. * Може да ударя топката с крака. * Съблюдава и изисква от другите да спазват правила и норми в игровата дейност. | *игри* „Голф с крак”, „Улучи топката” | Методическо ръководство |
| **X/7.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **19. Играем заедно** | * Подава с ръце и крака топка по двойки. * Притежава гъвкавост и ловкост. * Проявява чувство за екипност и проявява обща солидарност към принципите на честна игра. | хвърляне, *игра* „Топка в другото поле” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **20. Играем честно** | * Може да ходи в коридор над и между ниски препятствия. * Може да отскача от един и два крака при из-пълняване на различни скокове. * Знае значението и спазва правилата за „честни игри“. | ходене, скачане, *игри* „Рибарска мрежа”,  „Неподвижна топка”, „Съдия на футбол” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **21. С топката сме бързи** | * Притежава бързина и сила. * Демонстрира умения за спазване на правила за„честна игра”. | свободни игри с топка | Методическо ръководство |
| **XI/8.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **22. Подай с две ръце** | * Умее да прилага различни видове ходене. * Бяга със смяна на темпото. * Проявява умения за изпълняване на упражнения с топка. * Изпълнява комбинации от двигателни действия в подвижните игри. | ходене, бягане, *подвижни игри* с топка | Методическо ръководство |

125

126

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **23. Подай с една ръка** | * Умее да хвърлятопкавертикалноихоризонтално. * Може дасестроявавколонииредици. * Включвасевигри, свързанисовладяване наелементиотспортове, при коитосеизползватопка– волейбол, баскетбол, хандбал. | *игри* „Топка над въже”, „Подхвърли на високо” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **24. Топка през обръч** | * Може да хвърля топка с една и две ръце в цел. * Оценява точността на себе си и на партньора си. * Включва се с желание в игри, свързани с овладяване на елементи от спортове, при които се използва топка – волейбол, баскетбол, хандбал. | хвърляне,  *игра* „Топка през обръч” | Методическо ръководство |
| **XI/9.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **25. Ние сме партньори** | * Умее да подава топката на партньор. * Може да ходи и бяга с различно темпо. * Различава положително и отрицателно поведение на играчите в игри. | ходене, хвърляне, *игра* „Ден и нощ”, *подвижни игри* с топки | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **26. Улови първи** | * Демонстрира ловкост и гъвкавост при изпълняване на физически упражнения. * Може да лови топка с две ръце. * Участва активно в игри с топка – хандбал, баскетбол. | *Игри* „Улови първи”,  „Жонглиране” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **27. Стрелям точно** | * Може да стреля точно с топка. * Ходи и бяга на различни части на ходилото. | хвърляне, бягане,  *игри* „Обсада”, „Крепост” | Методическо ръководство |
| **XI/10.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **28. Мога да дриблирам** | * Може да бяга по права линия. * Може да скача с двата крака. * Може да дриблира с топка. | бягане, скачане, дриблиране,  *игра* „Слалом”,  *щафетни игри* с водене на топка | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **29. Описваме кръг** | * Умее да ходи и бяга в кръг. * Може да скача на един крак – ляв и десен. * Демонстрира усъвършенствано водене на топка с ръка – овладява елементи от спортове, в които се използва топка. | бягане, ходене, строяване, скачане  *игри* „Опиши кръг”, „Осморки” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **30. Тупкаща топка** | * Може да води топката на различни височини с ръка. * Строява се в редица и колона и обратно. * Демонстрира подобрена бързина. | строяване, водене на топка, *игри*  „Тупкаща топка”, „Улови топката” | Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **XI/11.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **31. Спазваме правилата** | * Може да оценява себе си и партньора си. * Разбира значението на„честната игра“. * Проявява умения за работа в екип. * Разпознава и спазва команди и правила. | *Игри* „Рибарска мрежа”, „Съдия на баскетбол” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **32. Всички сме отбор** | * Проявява усъвършенствана ловкост и точност. * Разбира понятието„честна игра“. * Овладява елементи от спортове, в които се използва топка. | *свободна игра* с топка | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **33. Търкалям топка** | * Умее да бяга с разминаване. * Изпълнява умело равновесно ходене. * Проявява гъвкавост и ловкост. | ОРУ, бягане, ходене,  *игри* „Намери другаря си”, *щафетна игра* | Методическо ръководство |
| **XII/12.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **34. Тупкаща топка** | * Може да се строява и престроява – в редица, колона и кръг с топка. * Изпълнява упражнения за сила на горните крайници. * Развива усет към топката. | строяване, упражнения за развиване на сила,  *игри* „Тупкаща топка”,  „Кой ще хвърли по-високо” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **35. Да укротим топката** | * Може да бяга на зигзаг. * Изпълнява подскоци на два крака. * Умее да води топката. * Може да се катери и да скача. | водене на топка по права линия, водене на топка на зиг-заг, скачане на стълбичка, бягане | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **36. Хвърлям топка** | * Може да се построява в колона. * Умее да подава топка над рамо. * Умее да подава и лови гумена топка по двойки – с партньор. | строяване, хвърляне,  *игри* „Подай през вратата”,  „Ъглова топка”, „Игра на стена” | Методическо ръководство |
| **XII/13.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **37. Водя топка по права линия** | * Може да се строява в редица и колона. * Проявява ловкост. * Може да води топка с една ръка – с търкаляне, с дрибъл. * Участва в игри за овладяване на елементи от спортове, в които се използва топка – баскетбол, хандбал. | водене на топка в коридор, *игра* „Топка в лагера”, *щафетна игра* с водене на топка | Методическо ръководство |

127

128

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **38. Водя топка и описвам фигури** | * Може да се построява в колона. * Може да описва кръг и осморка с топка в ръка. * Умее да води топка. * Бяга за издръжливост. | строяване, *игри* „Направи фигура”,  „Опиши кръг”, „Огледало” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **39. Водим топка по двойки** | * Може да хвърля, лови, подава и води топка по двойки. * Скача на дължина със засилване с два крака на място. | хвърляне, подаване, ловене, скачане,  *игри* „Пас”, „Аз на теб, ти на мен” | Методическо ръководство |
| **XII/14.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **40. Водя топка и стрелям във врата** | * Води топка по права линия и стреля във вратата. * Води топка на заг-заг и стреля във вратата. * Изпълнява скок от ниско на високо с отскачане с два крака от място. | скачане, упражнения с топка,  *игри* „Уцели обръча”, „Петльов бой” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **41. Бягаме в различни посоки** | * Ходи и бяга на различни части на ходилото. * Бяга с различно темпо и в различни посоки. * Може да скача на дължина. | ходене, скачане на дължина,  *игри* „Защити крепостта“,  „Обсада“ | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **42. Играем честно** | * Проявява умения да оценява себе си и партньора си. * Демонстрира умения за работа в екип. * Изпълнява точно упражнения. | *Игри* „Правилознание в хандбала”,  „Защити крепостта” | Методическо ръководство |
| **XII/15.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **43. Вкарвам голове** | * Проявява ловкост. * Разбира същността на понятието„честна игра“. * Разбира и спазва правила в игрите. * Овладява елементи от хандбал. | свободна игра с топка,  *игри* „Правилознание – хандбал” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **44. Играя с тояжка** | * Умее да изпълнява двутактови упражнения. * Може да подскача на два крака. * Демонстрира развитие на взривна сила. | упражнения с тояжка,  *игра* „Котка и мишка” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **45. Бягай и скачай** | * Изпълнява различни видове бягане, ходене и скачане в игри според указания и команди. * Може да подава топка с две ръце над глава. | бягане, ходене, скачане,  *игри* „Послушна топка”, „Подхвърлени топки” | Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **I/16.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **46. Гъвкави и ловки сме** | * Демонстрира точност и ловкост при изпълнение на физически упражнения и спортни занимания. | *игри* „Топки в лагера”, „Топки в кръг” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **47. Играем с топка над въже** | * Проявява ловкост по време на физически занимания и спорт. * Може да се придвижва странично с догонваща крачка. * Изпълнява упражнения за овладяване на умения за игра с топка. | ходене, *игри* „Топка над въже”, „Топка през обръч” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **48. Водач на шейна** | * Може да ходи и бяга в сняг. * Проявява умения при управление на шейна. * Развива сила и издръжливост. | ходене, бягане,  *игра* „Водач на шейна”,  *щафетни игри* с шейни„Стигни първи“. | Методическо ръководство |
| **I/17.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **49. Хвърли най-високо** | * Умее да хвърля топка с две ръце над глава. * Може да подава топка на партньор. * Изпълнява прескок на ниско препятствие на един крак. | хвърляне, скачане  *игри* „Пас”, „Жокери”,  „Удар по мишена” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **50. Човек в снега** | * Може да хвърля топка и да стреля в цел. * Включва се с желание в различни дейности при зимни условия - прави снежен човек. * Участва в закалителни упражнения и процедури. * Проявява устойчивост на движенията в снега. | хвърляне, игри в снега – подхвърляне на топка през обръч, правене на различни по големина топки. | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **51. Хвърли надалече** | * Умее да хвърля топка с две ръце отдолу. * Може да хвърля със смяна на ръцете. * Знае и прилага правила при игри с топка. | *игри* „Крепост”, „Неподвижна топка”, хвърляне в цел | Методическо ръководство |
| **I/18.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **52. Тояжка на двама** | * Проявява гъвкавост и ловкост при изпълняване на физически упражнения. * Изпълнява различни упражнения с уред, които оказват въздействие върху развитието на мускулните групи. | ОРУ с тояжка от две деца | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **53. Дълбок сняг** | * Може да ходи и да бяга в колона в снега. * Изпълнява с желание подскоци в снега. * Участва с желание в закалителни процедури. | ходене, бягане,  *игри* „Копиране на тялото”, „Провиране под тунел” | Методическо ръководство |

129

130

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **54. Аеробика** | * Проявява чувство за ритъм и такт при изпълняване на физически упражнения, гимнастика и танци. * Проявява гъвкавост и ловкост при изпълняване на физически упражнения и танци. * Включва се с желание във физически упражнения. | аеробика с музика | Методическо ръководство |
| **I/19.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **55. Хокей** | * Може да ходи и да бяга в снега. * Проявява по-висока издръжливост при продължително изпълняване на физически упражнения. * Умее да стреля с топка в цел. * Проявява чувство на отговорност и солидарност при участие в щафетни и състазателни игри. | ходене и бягане в трудни условия,  *щафетни игри* със стик „Води по права“,  „Опиши кръг“ | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **56. Скачай смело** | * Може да изпълнява три последователни подавания. * Скача на въже с два крака на място. * Спазва правила и съблюдава за„честна игра”. | скачане, хвърляне, свободна игра,  *игра* „Съдия” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **57. Снежно хълмче** | * Преодолява малки височини в зимни условия. * Включва се с желание в различни дейности при зимни условия - прави и търкаля различни по големина снежни топки. * Изпълнява закалителни процедури. | прескачане, *игри* „Пренеси снежната топка”, „Снежко”, „Търкаляне на обръч” | Методическо ръководство |
| **II/20.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **58. Моето въже** | * Може да скачасвъже на два крака. * Описва различни фигурисбягане. * Участва в игри, свързани с овладяване на елементи от лека атлетика. | бягане, скачане, теглене на въже, *игри*  „Ловци”, скачане на въже | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **59. Скок подскок** | * Може да прескача препятствие на височина от 20 см с два крака. * Демонстрира развитие на взривната сила на долни крайници. * Участва в игри, свързани с овладяване на еле-менти от лека атлетика, гимнастика. | прескачане на ластик,  *игра* „Зайчета” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **60. Пързалям се бързо** | * Може да управлява шейна. * Свободно се пързаля по склон. * Изпълнява с желание закалителни процедури. * Знае и спазва правила. | *Игри* „Весела пързалка”, „Стани водач” | Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **II/21.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **61. Лазя и се провирам** | * Може да лази от лакътно-колянна опора по права линия. * Умее да се провира от колянна опора с неголяма тежест на гърба през различни отвори. * Демонстрира развитие на силата на горни крайници. | придвижване чрез лазене,  *игра* „Коридор”, | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **62. Комбинация** | * Може да се изтегля с две ръце по пейка. * Бяга на зиг-заг. * Катери се по гимнастическа стена. * Скача на един крак. * Изпълнява кълбо. * Участва в игри, свързани с овладяване на елементи от спортна гимнастика. | станционна комбинация,  игри с катерене, скачане, бягане | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **63. Ориентирам се** | * Може да подбира подходящо туристическо облекло през зимата. * Ориентира се в двора на детската градина. * Може да бяга в снежни условия. * Изпълнява с желание закалителни процедури. | бягане, ориентиране,  *игри* „Намери ринга”, „Ден и нощ” | Методическо ръководство |
| **II/22.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **64. Въртя обръч около кръста** | * Може да върти обръч около кръста – проявява гъвкавост. * Демонстрира оригиналност при изпълняване на елементи с обръч. * Проявява ловкост и гъвкавост при изпълнение на физически упражнения. | въртене на обръч, търкаляне на обръч | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **65. Акробат** | * Изпълнява равновесно ходене по различни ширини. * Проявява ловкост и гъвкавост. * Преминава различни дължини по тясна пътека. * Овладява елементи от гимнастика. | равновесно ходине, *игри* „Премини реката”, „Кенгуру”, „Премини внимателно” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **66. Свободно спускане** | * Може да управлява шейна. * Умее да се спуска безопасно по склон – спиране, изкачване. * Изпълнява с желание закалителни процедури. | щафета по двойки, *игра* „Аз съм по-бърз“ | Методическо ръководство |
| **II/23.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **67. Послушна тояжка** | * Изпълнява с умение двутактови упражнения. * Може да изпълнява прескок на ниски препятствия на два крака. * Демонстрира развитие на взривна сила. | изпълняване на прескоци, упражнения с тояжка | Методическо ръководство |

131

132

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **68. Комбинация** | * Може да се изтегля с две ръце. * Бяга на зиг-заг. * Скача на един крак. * Изпълнява кълбо. | станционна комбинация, упражнения с бягане скачане и изтегляне | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **69. Гимнастик** | * Изпълнява правилно двутактови упражнения с уред и без уред. * Изпълнява упражнения по двойки. * Проявява ловкост и гъвкавост при изпълнение на различни физически и спортни дейности. * Овладява елементи от спортна гимнастика. | ОРУ с обръч и тояжка | Методическо ръководство |
| **III/24.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **70. Топче върху масата** | * Може да подхвърля топчето с ръка и ракета. * Може да тупка топче на маса. * Може да тупка топка на земята. * Демонстрира ловкост. | хвърляне и ловене на малка топка, *игри*  „Тупни се топче”, „Хвърли на високо”, | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **71. Търкалям топче** | * Може да търкаля топче с ръка и ракета. * Демонстрира ловкост и гъвкавост. * Овладява елементи от спортове с малка топка. | *игри* „Търкулни се топче”, „Тунел” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **72. Топче и ракета** | * Изпълнява правилно удари с ракета. * Развива ловкостта и гъвкавостта си. * Проявява координация в движенията си. | игра по двойки,  *игра* „Щафета на стена” | Методическо ръководство |
| **III/25.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **73. Лекоатлет** | * Може да бяга в права посока. * Умее да предава щафета. * Знае и прилага при бягане заемане на висок и от нисък старт. * Демонстрира бързина. Участва в игри за развиване на бързина. | бягане, упражнения за развиване на бързина,  *игри* „Предай щафета”, „Старт”, „Слалом” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **74. Подскочи, топчице!** | * Може да подхвърля топка на различна височина. * Може да тупка топка. * Демонстрира ловкост и гъвкавост при изпълняването на физически и спортни упражнения. | хвърляне,  *игри* „Хвърли на високо”, „Тупни силно” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **75. Търкули топчица** | * Може да търкаля топка с ръка. * Може да търкаля топка с ракета. * Демонстрира ловкост, гъвкавост и координация при изпълнението на физически дейности и упражнения. | *щафетни игри* „Търкаляне на тенис топка“, „Ракета и топка“ | Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **III/26.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **76. Ракета и топка** | * Може да прехвърля мрежа. * Умее да изпълнява удари по топка. * Демонстрира координация на движенията при изпълнението на физически упражнения. | хвърляне и ловене, *игра* „Подай”, „Щафета на стена”, игра по двойки | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **77. Игра по двойки** | * Може да прехвърля с топка мрежа. * Проявява ловкост, гъвкавост и координация. * Спазва указания и правила по време на игри по двойки. | игра на мрежа, игри по двойки | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **78. В ритъм с музиката** | * Изпълнява ритмични движения с музикален съпровод. * Проявява ловкост, гъвкавост и координация на движенията, при изпълняване на физически упражнения – аеробика. | аеробика с музика | Методическо ръководство |
| **III/27.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **79. Подхвърлям перцето на високо** | * Може да подхвърля перце с ръка и с ракета на различна височина. * Проявява ловкост и гъвкавост. | подхвърляне на перце на различна височина и в далечина | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **80. С ракета и перце** | * Може да носи перце с ракета. * Умее да прехвърля мрежа в далечина. * Развива координация на движенията. | щафетни игри,  *игра* „Прехвърли мрежата” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **81. Играем по двойки** | * Може да прехвърля топка през мрежа. * Изпълнява правилно начален удар. * Проявява ловкост, гъвкавост и координация. | игри на мрежа, игри по двойки. | Методическо ръководство |
| **III/28.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **82. Гимнастик** | * Изпълнява правилно двутактови упражнения с уред и без уред. * Изпълнява упражнения по двойки. * Проявява ловкост и гъвкавост при изпълнение на различни физически и спортни дейности. | ОРУ с обръч и тояжка | Методическо ръководство |

133

134

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **83. Колоездач** | * Може да води топка по права линия и в коридор. * Проявява координация на движенията. | *игри* „София – Бургас”,  „Бързи педали” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **84. Опасен завой** | * Управлява велосипед с описване на фигури. * Управлява велосипед на зиг-заг. * Демонстрира координация на движенията при изпълняване на физически упражнения. | бягане, хвърляне, упражнения за координация,  *игри* „Слалом”, „Осморка”, „Кръг” | Методическо ръководство |
| **IV/29.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **85. Светофар** | * Придвижва се, като спазва правилата за уличното движение. * Ориентира се по знаци при движение по маршрут. * Знае и спазва правила за безопасно управление на велосипед. | *игри* „Светофар”, „Изкачи хълма”, „Стигни до града” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **86. Първенец** | * Управлява велосипед в права линия. * Описва завой. * Може да пренася предмети на кратки разстояния. * Проявява ловкост. * Знае и спазва правила за безопасно поведение на пътя. | *игри* „Обиколка на България”, „Рицари”,  „Управление по двойки” | Методическо ръководство |
| ЕПДД, ИДД, ФД | **87. Шофьори** | * Може да управлява автомобил по права линия и в коридор. * Проявява координация на движенията си. | *Игри* „Аз съм шофьор”,  „Съобразена скорост”, „Път с предимство” | Методическо ръководство |
| **IV/30.** | ЕПДД, ИДД, ФД | **88. Рали** | * Управлява автомобил, като описва фигури. Управлява автомобил в пресечена местност. * Знае и спазва правила за уличното движение. * Съблюдава правила за честна игра. | *игри* „Светофар”, „Спазвай скоростта”,  „Завой”, „Състезание” | Методическо ръководство |
| ЕПДД ФД | **89. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за придвижване чрез: * ходене между препятствия; * бягане в коридор, между препятствия. * Демонстрира умения за: * хвърляне и улавяне на малка топка; * за катерене. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ФД | **90. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за бягане на 40 м за постижение. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| **IV/31.** | ФД | **91. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за скачане – скок на дължина от място. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ФД | **92. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за хвърляне на плътна топка. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ФД | **93. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Демонстрира умения за хвърляне на малка топка в хоризонтална цел. * Демонстрира умения за хвърляне на малка топка във вертикална цел. | задачи за проследяване на постиженията | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| **IV/32.** | ЕПДД СПДД ИДД | **94. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Разпознава: * движения при изпълнение на общоразвиващи упражнения; * естествено-приложни двигателни действия; * спортове и спортни пособия, които са необходими за практикуването им. | задачи за проследяване на постиженията, работни листове от книгата за учителя | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **95. Знам и мога** (проследяване на постиженията) | * Разпознава: * движения при изпълнение на общоразвиващи упражнения; * естествено-приложни двигателни действия; * спортове и спортни пособия, които са необходими за практикуването им. * Проявява умения за включване в подвижни игри и оценява своето участие в тях. | задачи за проследяване на постиженията, работни листове от книгата за учителя | Книга за учителя, Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **96. Играем голф** | * Може да държи правилно стика. * Може да изпълнява удари с топка по права линия и в далечина. | хвърляне – удар в далечина | Методическо ръководство |
| **V/33.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **97. С топка в целта** | * Изпълнява удари от различни разстояния в цел. * Развива прецизност и координация при излълняване на физически упражнения. | хвърляне, *игри* „Топка в цел”, „Победител” | Методическо ръководство |

135

136

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
|  | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **98. Дразнеща гоненица** | * Бяга за издръжливост. * Може да се строява в колони и редици. * Изпълнява упражнения за развиване на бързина. | *игри* „Дразнеща гоненица”, „Кой пръв ще стигне” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **99. Ловци и зайци** | * Може да бяга и да скача. * Може да хвърля плътна топка (1 кг). | бягане, хвърляне, скачане,  *игри* „Ловци и зайци”, „Петльов бой”,  „Топка в цел” | Методическо ръководство |
| **V/34.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **100. Ориенти- рам се** | * Разпознава посоките на земята. * Реагира на команди. * Проявява координация при изпълняването на различни физически упражнения. | основни познания в ориентирането в двора на детската градина | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ИДД | **101. Туризъм** | * Разбира и изпълнява команди. * Проявява умения за групово придвижване в планината. * Знае специфичните особености на придвижването в планината. | основни познания в туризма – в двора на детската градина | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ИДД | **102. Играта е радост** | * Разпознава и прилага по време на игра изучени елементи от футбола. | *игра* „Двустранна среща по футбол” | Методическо ръководство |
| **V/35.** | ЕПДД СПДД ИДД | **103. Обсада** | * Разпознава и прилага по време на игра изучени елементи от баскетбола. | *игра* „Двустранна среща по баскетбол” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **104. Колоездач** | * Може да управлява велосипед по права линия и да описва фигури. | *игри* „Майсторско управление”, „Спазване на правилата за движение по пътищата” | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **105. Рали** | * Може да управлява велосипед по права линия и да описва фигури. | *игри* „Майсторско управление”, „Спазване на правилата за движение по пътищата” | Методическо ръководство |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mесец/ седмица** | **Ядро** | **Тема №** | **Очаквани резултати** | **Ресурси** | |
| **За детето** | **За учителя** |
| **V/36.** | ЕПДД СПДД ФД ИДД | **106. Аеробика** | * Проявява чувство за ритъм и такт. * Демонстрира гъвкавост и ловкост. | аеробика с музика | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **107. Детска олимпиада** | * Демонстрира изучените елементи от обхванатите спортове. * Строява се и се престроява. * Показва бързина, ловкост и гъвкавост. | спортен празник, щафетни и *подвижни игри*. | Методическо ръководство |
| ЕПДД СПДД ФД ИДД | **108. Лято мое** | * Децата получават указания за летните месеци – разходки, туризъм, плуване. * Изпълняват релаксиращи упражнения. | *подвижни игри* на музикален фон. | Методическо ръководство |

137