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

**образователно направление *Физическа култура***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месец седмица** | **Тема** | **Образователно ядро** | **Очаквани резултати** |  |
| септември1 | 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. |  |
| септември1 | 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. |  |
| септември1 | 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. |  |
| октомври3 | 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. |  |
| октомври3 | Прави като мен | Игрова двигателна дейност | Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност. |  |
| октомври3 | Ние сме войници | Игрова двигателна дейност | Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност.Изпълнява групови подвижни игри на открито. |  |
| октомври4 | 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. |  |
| октомври4 | Докосни лентата | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни игри за комплексно развитие на двигателните способности. |  |
| октомври4 | Състезателни игри | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит. |  |
| октомври5 | 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. |  |
| октомври5 | 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. |  |
| октомври5 | Слушай сигнала | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.Бяга за постижение. |  |
| октомври6 | 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. |  |
| октомври6 | На есенна разходка | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит. |  |
| октомври6 | Влак | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката си на ходене – комбинация от различни видове ходене с други движения. |  |
| ноември7 | 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. |  |
| ноември7 | Палавата топка | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в игри и състезания с поставени задачи от различни спортове, насочени към формиране на двигателен опит. |  |
| ноември7 | Гърнета | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения. |  |
| ноември8 | 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. |  |
| ноември8 | 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. |  |
| ноември8 | Гоненица | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката на бягане в различни посоки. |  |
| ноември9 | 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. |  |
| ноември9 | 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. |  |
| ноември9 | Предай щафетата | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни щафетни игри за комплексно развитие на двигателните способности. |  |
| ноември10 | 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. |  |
| ноември10 | Да танцуваме заедно | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро и може да изпълнява ритмични движения.Може да съгласува движенията си с другите. |  |
| ноември10 | Весело хорце | Игрова двигателна дейност | Владее набор от музикално двигателни народни подвижни игри. |  |
| декември11 | 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. |  |
| декември11 | 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. |  |
| декември11 | 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. |  |
| декември12 | 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. |  |
| декември12 | Пъргавите катерички | Игрова двигателна дейност | Използва естествено-приложни движения в игра за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| декември12 | 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. |  |
| декември13 | 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. |  |
| декември13 | 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. |  |
| декември13 | Елените на Дядо Коледа | Игрова двигателна дейност | Използва естественоприложните действия за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| декември14 | 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. |  |
| декември14 | Зимни игри на открито | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност. Изпълнява закалителни процедури. |  |
| декември14 | Прави като мен | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност и желание за победа. |  |
| януари15 | 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. |  |
| януари15 | 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. |  |
| януари15 | Снежен човек | Игрова двигателна дейност | Проявява стремеж към коопериране, взаимодействие и работа в екип.Изпълнява закалителни процедури. |  |
| януари16 | Изтегляне върху пейка | Естествено-приложна двигателна дейност | Стреми се да овладее ново двигателно умение. Проявява дисциплинираност и последователност. |  |
| януари16 | Хоро | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро и може да изпълнява ритмични движения.Може да съгласува движенията си с другите. |  |
| януари16 | Цветни автомобили | Игрова двигателна дейност.Естествено-приложна двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност и желание за победа. |  |
| януари17 | 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. |  |
| януари17 | Пренеси топката | Естествено-приложна двигателна дейностИгрова двигателна дейност | Пренася, хвърля, подава, лови и изпълнява игрови комбинации с топка.Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. |  |
| януари17 | Подай топката | Игрова двигателна дейност | Хвърля, подава, лови и изпълнява игрови комбинации с топка по двойки. |  |
| януари18 | 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. |  |
| януари18 | 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. |  |
| януари18 | 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. |  |
| февруари19 | 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. |  |
| февруари19 | 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. |  |
| февруари19 | Футбол | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Владее основни движения, характерни за играта. Демонстрира желание за включване в групови спортни игри. |  |
| февруари20 | 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. |  |
| февруари20 | Игра със снежни топки | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Изпълнява комбинация от двигателни действия в игра. Проявява внимание, съобразителност.Изпълнява закалителни процедури. |  |
| февруари20 | Бадминтон | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Усъвършенства основните правила на бадминтон. Умее да проявява спортен дух при игра по двойки. |  |
| февруари21 | 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. |  |
| февруари21 | Пъргавите катерички | Игрова двигателна дейност | Използва естествено-приложни движения в игра за комплексно развитие на двигателните качества. Изпълнява командите бързо и точно. |  |
| февруари21 | 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. |  |
| февруари22 | 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. |  |
| февруари22 | 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. |  |
| февруари22 | На мегдана | Игрова двигателна дейност | Има представа за право хоро и ръченица.Може да изпълнява ритмични движения и да съгласува движенията си с другите. |  |
| март23 | 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. |  |
| март23 | 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. |  |
| март23 | Бели пеперудки | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от постиженията в двигателната дейност и равнището на собствените си двигателни способности. |  |
| март24 | 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. |  |
| март24 | 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. |  |
| март24 | 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. |  |
| март25 | 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. |  |
| март25 | Търкаляй топката | Естественоприложна двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната дейност с топка. |  |
| март25 | Слалом с топка | Игрова двигателна дейност | Усъвършенства техниката на двигателните действия търкаляне и ритане на топка. Проявява стремеж към коопериране, взаимодействие и отборна игра. |  |
| март26 | 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. |  |
| март26 | Дриблирай топката | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната дейност с топка.Проявява стремеж към коопериране и взаимодействие. |  |
| март26 | Подай точно | Игрова двигателна дейност | Има представи за спецификата и техниката на двигателните действия хвърляне и ловене в игра по двойки. |  |
| април27 | 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. |  |
| април27 | Цели се в обръча | Игрова двигателна дейност | Проявява двигателни умения и качества. Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателната си дейност. |  |
| април27 | Пролетни танци | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от двигателна ритмична дейност. |  |
| април28 | 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. |  |
| април28 | Търсачи на съкровища | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от двигателни действия. |  |
| април28 | Търсачи на съкровища | Игрова двигателна дейност | Изпълнява комбинации от двигателни действия. |  |
| април29 | 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. |  |
| април29 | Да полетим в Космоса | Естественоприложна двигателна дейност. Игрова двигателна дейност | Умее да бяга в права посока, с различно темпо и проявява висока издръжливост. |  |
| април29 | Слушай командата | Игрова двигателна дейност | Прилага комбинации от познати двигателни действия в спортноподготвителната и игровата двигателна дейност. |  |
| април30 | 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. |  |
| април30 | Кой ще бъде пръв | Игрова двигателна дейност | Изпитва емоционална удовлетвореност от постиженията в двигателната дейност и равнището на собствените си двигателни способности. |  |
| април30 | 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. |  |
| май31 | 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. |  |
| май31 | 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. |  |
| май31 | Пускам, пускам кърпа | Игрова двигателна дейност | Играе с удоволствие детска народна игра. Съблюдава за спазване на правилата. |  |
| май32 | Скачане на въже | Естественоприложна двигателна дейност. | Скача на въже, самостоятелно и в състезателни двойки. Стреми се към високи резултати и победа. |  |
| май32 | 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. |  |
| май32 | Скачане на въже | Естественоприложна двигателна дейност. | Скача на въже, самостоятелно и в състезателни двойки. Стреми се към високи резултати и победа. |  |
| май33 | 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. |  |
| май33 | 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. |  |
| май33 | 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. |  |
| май34 | Смелите разузнавачи | Игрова двигателна дейност | Придвижва се чрез лазене от коленнолакътна опора в комбинация с провиране и катерене. |  |
| май34 | Баба костенурка | Игрова двигателна дейност | Придвижва се чрез лазене от коленнолакътна опора с неголяма тежест на гърба си. |  |
| май34 | На състезание | Игрова двигателна дейност | Участва в състезателни игри с деца от други групи в детската градина. |  |
| май35 | Растем здрави и силни | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в състезание с поставени двигателни задачи от леката атлетика. |  |
| май35 | Растем здрави и силни | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в състезание с поставени двигателни задачи от баскетбол. |  |
| май35 | Растем здрави и силни | Спортно-подготвителна двигателна дейност | Участва в състезание с поставени двигателни задачи от футбол. |  |
| май36 | Игри на открито | Игрова двигателна дейност | Владее набор от подвижни игри с организиращ характер и общо въздействие. |  |
| май36 | Игри на открито | Игрова двигателна дейност | Владее спортно-подготвителни и щафетни игри. Познава и спазва духа на „честната игра”. |  |
| май36 | Игри на открито | Игрова двигателна дейност | Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика, има усъвършенствана техника на естествените си движения. |  |