

## ТЕМАТИЧНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ ПО „ФИЗИЧЕСКА КУЛТУРА“ (3 педагогически ситуации за седмица)

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
1	Здраве и безопасност	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познава и спазва изисквания за безопасност в заниманията по физическа култура.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с организиращ характер. „Строй се бързо“, „Кой пръв ще застане на мястото си“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за общуване и запознаване – „Кажид здравей“, „Защото си приличаме“.</li> </ul>	
1	Бягане, скачане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>• Скача на дължина със засилване.</li> <li>• Хвърля плътна топка (1 кг) с две ръце над глава.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с организиращ характер „Строй се бързо“, „Кой пръв ще застане на мястото си“.</li> </ul>	Примерна разработка на педагогическа ситуация
1	Общоразвиващи упражнения	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Използва естествено-приложните движения за комплексно развиване на двигателните качества с приоритет развитието на двигателните качества бързина, сила и издръжливост.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за разгриване „Зайо Байо Средногорски“.</li> <li>• Владее набор от дихателни подвижни игри.</li> </ul>	
2	Строяване и престрояване	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спазва точно устни указания за строяване и престрояване.</li> <li>• Строява се и се престроява в колона, редица, кръг и обратно със смяна на посоката и темпа.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с организиращ характер „Да се строим и престроим“, „Търси водача си“.</li> </ul>	
2	Ходене, катерене, лазене	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на пресечни стъпки.</li> <li>• Катери се с кръстосана координация по диагонал на гимнастическа стена (катушка).</li> <li>• Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора странично.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
2	Туристическа разходка	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познава и спазва изисквания за безопасност в природна среда.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в поведенчески план при равномерно ходене по равнинен или пресечен терен.</li> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност в природна среда – „Да изгоним лиса“, „Гнезда и ястреби“, „Листа и вятър“.</li> </ul>	
3	Проследяване на постиженията на децата	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор тестове за измерване развитието на двигателни качества бързина, сила, издръжливост.</li> </ul>	
4			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за релаксация: „Светофар“, „Довърши думата“.</li> </ul>	
5	Овластяване и подаване на топка	Спортно-подготвителна двигателна	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разпознава и привежда примери за вида спорт в зависимост от броя на играчите.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в различни по вид игри с елементи от футбол.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи от спортове, насочени към формиране на двигателен опит в спортно-подготвителни игри „Пас“, „На тебе – на мене“.</li> </ul>	Примерна разработка на педагогическа ситуация
5	Бягане, скачане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>• Изпълнява подскоци с един крак и с придвижване напред.</li> <li>• Хвърля плътна топка (1 кг) с две ръце над глава.</li> </ul>	
5	Туристически сръчности	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сравнява се и се самооценява в поведенчески план – заобикаляне и прекриване на естествени препятствия.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения „Кой по-далеч“ – вариант с хвърляне на шишарки.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с общо въздействие в природна среда – „Да изгоним лиса“, „Листа и вятър“, „Гнезда и ястреби“.</li> </ul>	
6	Водене на топка	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посочва примери за вида спорт в зависимост от използвания уред.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит с елементи на футбол.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в ЩИ.</li> </ul>	
6	Ходене, катерене, лазене	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на пресечни стъпки.</li> <li>• Катери се с кръстосана координация по диагонал на гимнастическа стена (катушка).</li> <li>• Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора странично.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
6	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност „Лъв и маймунки“, „Кой пръв ще позвъни“, „Натовареното конче“.</li> <li>• Владее набор от ЩИ за усъвършенстване на техниката на естествените движения с ходене, катерене и лазене.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“.</li> </ul>	Примерна разработка на педагогическа ситуация
7	Стрелба с топка	Спортно-подготвителна двигателна	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посочва примери за вида спорт в зависимост от използвания уред.</li> <li>• Участва в игри с поставени задачи за стрелба с крак, насочени към формиране на двигателен опит по футбол в спортно-подготвителни игри „Цели се точно“, „Стреляй, бягай бързо ти и место освободи“.</li> </ul>	
7	Бягане, скачане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>• Скача с въженце с придвижване напред.</li> <li>• Хвърля малка топка в далечина по начин отгоре.</li> </ul>	
7	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на бягане, „Лисица и зайчета“, „Ти гониш“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на скачане „От кръг в кръг“.</li> <li>• Владее набор от ЩИ с бягане, скачане и хвърляне.</li> </ul>	
8	Ловене и подаване на малка гумена топка	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посочва примери за видове спорт според използвания уред.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Подай и улови“ и „Пас“.</li> <li>• Владее набор от спортно-подготвителни игри, свързани с ловене и подаване с елементи от хандбал, „Топките се гонят“, „Подай топката и бягай“.</li> </ul>	
8	Ходене, катерене, лазене	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Катери се с кръстосана координация по диагонал на гимнастическа стена.</li> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на равновесни стоежи.</li> <li>• Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора в кръг.</li> </ul>	
8	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателните качества за бързина, сила и скокова издръжливост.</li> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на гъвкавост по двойки с взаимопомощ.</li> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на ловкост.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
9	Водене на топка с ръка	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посочва примери за видове спорт спрямо броя на играчите.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Тупни и улови по двойки“.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи с елементи от хандбал.</li> </ul>	
9	Бягане, скачане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>• Скача на височина с придвижване напред.</li> <li>• Хвърляне с две ръце от гърди.</li> </ul>	
9	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване на техниката на естествените движения „Аз гоня“, „Заешка поща“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за зрителна координация „Точно приземяване“, „Прецени разстоянието“.</li> </ul>	
10	Лазене, провиране, изтегляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора странично и в кръг.</li> <li>• Провира се чрез изтегляне от лицев лег.</li> <li>• Владее набор от ЩИ за усъвършенстване техниката на ходене, лазене и провиране.</li> </ul>	
10	Скачане и прескачане	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Скача с един и два крака на място и с придвижване и прескача въртящо се въже.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на скачане и прескачане над въже, „Подскачащия кръг“, „Часовник“.</li> <li>• Владее набор от щафетни игри с ходене, бягане, лазене и провиране.</li> </ul>	
10	Ловене, подаване и водене на топка	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Пареща топка“, и „Пас“.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи за ловене и подаване на топка съчетано с тупкане в спортно-подготвителни игри „Тупни и улови по двойки“ и „Подаване на топка между двама“.</li> </ul>	
11	Строяване и престрояване в редица, колона и кръг	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спазва точно устни указания.</li> <li>• Строява се и се престроява в колона, редица, кръг и обратно със смяна на посоката и темпа.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с организиращ характер – „Да се строим и престроим“, „Търси водача си“, „Кой пръв ще заеме мястото си“.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
11	Двигателно-творческо изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план в музикално-дидактични игри „Музикален кръг“, „Слушай сигнала“.</li> <li>Владее набор от музикално-дидактична игра „Танцът на подвижни игрингвините“.</li> <li>Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност, „Фигуристи“.</li> </ul>	
11	Овлабяване и подаване на топка с крак	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Посочва примери за овладяване и подаване на топка с крак от спорта футбол.</li> <li>Участва в игри с поставени задачи за формиране на двигателен оподвижни игрит в спортно-подготвителни игри „Хрътка“.</li> <li>Инициира замисъл на спортна тематика в подвижни игри „Подай и бягай“ – вариант с крак, „Подаване на топка между двама“.</li> </ul>	
12	Бягане, провиране, вис	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>Провира се чрез изтегляне от тилен лег.</li> <li>Изпълнява вис – обръщане в тилен лег и повдигане на краката.</li> </ul>	
12	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за запазване на равновесие с придвижване по геометрични възглавнички, речни камъни, островчета подскок.</li> <li>Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност „Подаване на топка между двама“.</li> <li>Владее набор от музикално-двигателни игри „Танцът на пингвина“.</li> </ul>	
12	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателните качества за бързина, сила и скокова издръжливост.</li> <li>Изпълнява физически упражнения за развитие на гъвкавост по двойки с взаимопомощ.</li> <li>Изпълнява физически упражнения за развитие на ловкост.</li> </ul>	
13	Маршируване	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Назовава (терминува) строеви упражнения.</li> <li>Спазва точно устни указания – строеви команди.</li> <li>Придвижва се чрез маршируване в равноделен музикален размер.</li> <li>Владее набор от ЩИ за усъвършенстване техниката на ходене, бягане, катерене.</li> </ul>	
13	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план за сплотяване на групата в подвижни игри „Фигури“, „Колко са пръстите“.</li> <li>Владее набор от подвижни игри за контактност и общуване „Определи“.</li> <li>Владее набор от народни подвижни игри „Гайдарче“.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
13	Зимна олимпиада	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посочва примери за видове зимни спортове в зависимост от вида на използваните уреди и от условията, при които се провеждат.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в различни по вид игри „Зимна олимпиада“.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“.</li> </ul>	
14	Лазене, катерене, вис	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора странично и в кръг, лазене в колянна опора и лазене в колянно-лакътна опора.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения, ходене, катерене в подвижни игри „Мечка и пчели“, „Лъв и маймунки“.</li> <li>• Изпълнява вис – обръщане в тилен лег и повдигане на краката.</li> </ul>	
14	Взаимодействие и противодействие	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план в подвижни игри „Наведе ми ако можеш“, „Стани ако можеш“.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“ в подвижни игри „Теглене на въже“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за формиране на лидерски умения и да води другите, „Каране на кола“.</li> </ul>	
14	Правила, нарушения, съдийски жестове	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит в спортно-подготвителни игри „Капитанска топка“ с елементи от футбол.</li> <li>• Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит в спортно-подготвителни игри „Капитанска топка“ с елементи от хандбал.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в подвижни игри „Взаимни аплодисменти“.</li> </ul>	
15	Хвърляне в повдигната хоризонтална цел	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Хвърля гумена топка с две ръце по начин отгоре в повдигната хоризонтална цел.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения бягане, лазене, провиране.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план по показател за точност и прецизност.</li> </ul>	
15	Двигателно-творческо изразяване на сняг и лед	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност в подвижни игри „Фигуристи“.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план в подвижни игри „Снежна крепост“.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план при моделиране на снежен човек.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
15	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Използва естествено-приложните движения за комплексно развиване на двигателните качества с приоритет развитието на двигателните качества бързина, сила и издръжливост.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за комплексно развитие на двигателните способности, „Количка“, „Клекни – стани“, „Люлка“.</li> <li>• Владее набор от подвижни успокоителни игри „Тишина“.</li> </ul>	
16	Ходене, хвърляне без зрителен контрол	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения, ходене към предмет без зрителен контрол в подвижни игри „Кой ще улучи предмета“.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“ при хвърляне с две ръце начин отгоре в повдигната хоризонтална цел.</li> <li>• Владее набор от подвижни успокоителни игри.</li> </ul>	
16	Двигателно-емоционално поведение	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за преодоляване на емоционалното напрежението „Битка с гърбове“, „Скарали се две петлета“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за коопериране в подвижни игри „Тъмен тунел“ „Плетеница“, „Парашут“.</li> </ul>	
16	Владеене на топката с крак	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит в подвижни игри „Капан“.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в различни по вид игри „Капитанска топка“.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“ – „Стреляй, бягай, бързо ти и место освободи“.</li> </ul>	
17	Равновесно ходене, отскок	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения „Шапка на клоун“.</li> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с отскок до полуклек.</li> <li>• Владее набор от ЩИ „Комбинираща щафета“.</li> </ul>	
17	Двигателно-емоционално изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за формиране на доверие, „Тъмен тунел“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за споделяне на чувства и емоционална интелигентност в подвижни игри „Човешкият фотоапарат“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за формиране на лидерски умения и да води другите, „Каране на кола“.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
17	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателни качества скокова издръжливост, гъвкавост, ловкост.</li> <li>• Изпълнява закалителни процедури.</li> <li>• Владее набор от ЩИ, щафетно преследване в кръг.</li> </ul>	
18	Маршируване в редица, колона и кръг	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Марширува и спазва точно устни указания.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с организиращ характер „Строй се бързо“, „Кой пръв ще застане на мястото си“.</li> <li>• Изпълнява насрещно бягане с разминаване в редици.</li> </ul>	
18	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност „Поддай от гърди и улови“, „Успей да хванеш“.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“ в подвижни игри „Хвърляй точно“.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план при насрещно бягане с разминаване в редици.</li> </ul>	
18	Владеене на топка с ръка	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит в подвижна игра „Капан“.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в различни по вид игри „Капитанска топка“.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“ „Стреляй, бягай, бързо ти и место освободи“.</li> </ul>	
19	Скачане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Скача в дълбочина (върху постелка) от височина 40 см.</li> <li>• Изпълнява подскоци с един крак и с придвижване напред.</li> <li>• Хвърля гумена топка с две ръце от гърди и отгоре в повдигната хоризонтална цел.</li> </ul>	
19	Баланс по двойки	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на равновесни стоежи, обръщане/разминаване.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения.</li> <li>• Владее набор от щафетни игри с бягане, лазене и провиране.</li> </ul>	
19	Стрелба с една ръка	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит по хандбал.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в различни по вид игри, подвижна игра „Стреляй, бягай, бързо ти и место освободи“.</li> <li>• Владее набор от подвижна игра „Игра на думи“.</li> </ul>	



Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
20	Насрещно бягане с разминаване в редици	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Изпълнява насрещно бягане с разминаване по редици.</li> <li>Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения с лазене, провиране.</li> <li>Владее набор от подвижни игри хвърляне по настилка мишена и по мишена цвят, число, форма.</li> </ul>	
20	Двигателно-емоционално поведение	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Владее набор от подвижни игри – „Огледало“.</li> <li>Владее набор от подвижни игри за преодоляване на конфликти „Избутване с гръб“, „Скарали се две петлета“, „Кажете – стоп“.</li> <li>Владее набор от подвижни игри с организиращ характер „Разположи постове“.</li> </ul>	
20	Закаляване при зимни условия	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Изпълнява въздушни и слънчеви закалителни процедури.</li> <li>Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за укрепване на дихателната система.</li> <li>Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателни качества.</li> </ul>	
21	Скачане, катерене, вис	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Изпълнява и възпроизвежда скачане в дълбочина от 40 см. върху постелка.</li> <li>Катери се с кръстосана координация по диагонал на гимнастическа стена (катушка).</li> <li>Изпълнява вис – обръщане в тилен лег и повдигане на краката.</li> </ul>	
21	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения.</li> <li>Владее набор от музикално-двигателни игри.</li> <li>Владее набор от щафетни игри със скачане и катерене.</li> </ul>	
21	Ловене и подаване в триъгълник и квадрат	Спортивно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит по тройки и четворки в подвижни игри „Клекни, стани, топката хвани“, „Успей да хванеш“.</li> <li>Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в игри – „Състезание“.</li> </ul>	
22	Ходене, лазене, провиране	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора странично и в кръг.</li> <li>Провира се чрез изтегляне от лицев лег.</li> <li>Владее набор от ЩИ за усъвършенстване техниката на ходене, лазене и провиране</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
22	Двигателно-активна координация	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за контактност и общуване – „Определи“, „Без-крайното кълбо“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за разгриване с разноцветни ленти.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за координация „Начертай кръгове“.</li> </ul>	
22	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателните качества с тояжка.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за укрепване на дихателната система.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за разпускане и релаксация.</li> </ul>	
23	Ходене, провиране, скачане	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява провиране чрез изтегляне от лицев лег.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения – „Чадърчета“.</li> </ul>	
23	Сръчности с въженце	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Скача с въженце с придвижване напред.</li> <li>• Знае и разпознава сръчности с въженце.</li> <li>• Владее набор от Подвижни игри за баланс на тялото навиване с един крак на въженце.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри – „Подскочи над змията“.</li> </ul>	
23	Коопериране и взаимодействия	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Подай от гърди и улови“, „Капитанска топка“.</li> <li>• Участва в игри с поставени задачи за тактилна координация с топка, насочени към формиране на двигателен опит с елементи от хандбал и футбол.</li> </ul>	
24	Ходене, катерене, вис	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения, ходене, катерене „Мечка и пчели“, „Лъв и маймунки“.</li> <li>• Изпълнява вис – обръщане в тилен лег и повдигане на краката.</li> </ul>	
24	Игрово изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за изграждане увереност, отговорност, доверие „Тъмен тунел“, „Каране на коли“, „Човешкият фотоапарат“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на ходене, прескачане, провиране, лазене в лабиринт.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
24	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателните качества с топка.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри с общо въздействие „Аз съм първи“, „Кой по-бързо“.</li> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на силата „Клекни, стани“, „Количка“, „Влачене на дънер“.</li> </ul>	
25	Бягане, скачане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Усъвършенстване техниката на естествените движения.</li> <li>• Хвърля плътна топка (1 кг).</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за комплексно развитие на двигателните способности – „Опасна зона“.</li> </ul>	
25	Игрови стратегии	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения.</li> <li>• Владее набор от щафетни игри.</li> <li>• Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност, сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план.</li> </ul>	
25	Отборни взаимодействия	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Капитанска топка“, „Пас“ с елементи от футбол.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Ъглова топка“, „Пас“ с елементи от хандбал.</li> <li>• Участва в игри с поставени задачи, насочени към формиране на двигателен опит – „Без обвинение“.</li> </ul>	
26	Ходене, лазене, провиране	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на равновесни стоежи, обръщане, пресечни стъпки, отскок до полуклек.</li> <li>• Придвижва се чрез лазене от свита стояща опора странично и в кръг.</li> <li>• Провира се чрез изтегляне от лицев и тилан лег.</li> </ul>	
26	Игрови стратегии	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри по предварително договорени правила.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“ за избор на игра и партньори.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план за това, което харесва или нехаресва.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
26	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Използва естествено-приложните движения за комплексно развиване на двигателните качества с приоритет развитието на двигателните качества бързина, сила и издръжливост.</li> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателни качества чрез подвижни игри „Стрелба по движещ се обръч“.</li> <li>• Изпълнява закалителни процедури.</li> </ul>	
27	Ходене, бягане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бяга за постижение.</li> <li>• Изпълнява хвърляне с две ръце от гърди и отгоре в повдигната хоризонтална цел.</li> <li>• Владее набор от щафетни игри – „Насрещна щафета“.</li> </ul>	
27	Игрови стратегии	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за зрителна координация и ориентиране в пространството „Босоногото столче“, „Сляпа баба в кръг“.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за внимание и ориентиране в пространството „Къде си – тук съм“, „Котки и козлета“.</li> </ul>	
27	Правила, нарушения, съдийски жестове	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи за недопускане на нарушения в спортно-подготвителни игри.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи за спазване на съдийски жестове.</li> <li>• Владее набор от спортно-подготвителни игри с ловене и подаване „Подай и улови“ с един и двама пречещи играчи.</li> </ul>	
28	Скачане на дължина със засилване	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Скача на дължина със засилване за постижение.</li> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения, в подвижни игри „Дама“.</li> <li>• Координира движенията между ръцете и краката при скачане и прескачане в подвижни игри „Зайчета и ловец“ – вариант със скачане и „Всеки в своя кръг“.</li> </ul>	
28	Решаване на конфликти по мирен път	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за толерантно изразяване и общуване сюжетна разработка.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план спортменски дух в подвижни игри „Без обвинение“.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план за сплотяване на групата „Взаимни аплодисменти“, „Кътче за диалог“.</li> </ul>	
28	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Използва естествено-приложните движения за комплексно развиване на двигателните качества с приоритет развитието на двигателните качества бързина, сила и издръжливост.</li> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на ловкост и гъвкавост.</li> <li>• Бяга за постижение.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
29	Ходене, скачане, катерене	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Катери се с кръстосана координация по диагонал на гимнастическа стена.</li> <li>• Придвигва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на равновесни стоежи, обръщане, пресечни стъпки, отскок до полуклек.</li> <li>• Изпълнява подскоци с един крак и с придвижване напред. Скача с въженце с придвижване напред.</li> </ul>	
29	Работа в екип	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри с насочено въздействие за разгриване.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план при поточно подаване и улавяне на уред с различни части на тялото.</li> <li>• Инициира замисъл и сюжети да живеем заедно – „Безкрайното кълбо“, „От къща в къща“, „Плетеница“.</li> </ul>	
29	Хват, придвижване с ракета	Спортно-подготвителна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посочва примери за вида спорт в зависимост от използвания уред, брой играчи.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи, хват, придвижване с ракета насочени към формиране на двигателен опит по бадминтон.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри с ракета.</li> </ul>	
30	Ходене, бягане, хвърляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Строява се и се престроява в колона, редица, кръг и обратно със смяна на посоката и темпа.</li> <li>• Изпълнява насрещно бягане с разминаване в редици.</li> <li>• Хвърля малка гумена топка с една ръка отгоре в далечина.</li> </ul>	
30	Туристически излет	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност – „Ехо“.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план – „Премини пънчето“, „Да прогоним Лиса“, „Лястовички“.</li> <li>• Владее набор от музикално-двигателни игри „Танцът на пингвина“.</li> </ul>	
30	Двигателни качества	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изпълнява физически упражнения за развитие на двигателни качества.</li> <li>• Използва естествено-приложните движения за комплексно развиване на двигателните качества с приоритет развитието на бързина, сила и издръжливост.</li> </ul>	
31	Скачане, бягане, провиране, изтегляне	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Скачане на дължина със засилване от 2–4 крачки.</li> <li>• Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>• Провира се чрез изтегляне от лицев и тилен лег.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
31	Двигателно-творческо изразяване	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност във връзка с графични изображения емотикони.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план във връзка с графично изображение „играй и пауза“.</li> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност във връзка с ловене и подаване в подвижни игри „Подай с въпрос“.</li> </ul>	
31	Стрелба/удар с ракета	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри с поставени задачи за стрелба/удари с ракета, насочени към формиране на двигателен оподвижни игрит по бадминтон.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване при упражнения за координация на мускулните усилия на ръката – „Умната рибка“.</li> <li>• Участва в игри с поставени задачи от спортовете футбол и бадминтон, насочени към формиране на двигателен опит.</li> </ul>	
32	Игрови проекти	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети на спортна тематика в игровата двигателна дейност.</li> <li>• Сравнява се и се самооценява в игрово-двигателен и поведенчески план.</li> <li>• Познава и спазва духа на „честната игра“.</li> </ul>	
32	Правила, нарушения, съдийски жестове	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи от бадминтон, насочени към формиране на двигателен опит.</li> <li>• Участва в игри и състезания с поставени задачи от футбол, насочени към формиране на двигателен опит.</li> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Подаване в квадрат“ – вариант с крак; ракета.</li> </ul>	
32	Бягане, скачане, вис	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Скача на височина със засилване.</li> <li>• Изпълнява насрещно бягане с разминаване в редици.</li> <li>• Изпълнява вис – обръщане в тилен лег и повдигане на краката.</li> </ul>	
33	Игрови проекти	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност в подвижни игри „Подай и улови торбичката“.</li> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност с разноцветни воали за общо въздействие.</li> <li>• Инициира замисъл и сюжети в игровата двигателна дейност да живеем заедно „Гайдарче“.</li> </ul>	

Седмица	Тема	Образователно ядро	Очаквани резултати	Забележка Приложение
33	Хандбал, футбол	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри „Ъглова топка“ – вариант с ръка/крак.</li> <li>• Участва в игри с поставени задачи от насочени към формиране на двигателен опит.</li> </ul>	
33	Ходене, бягане, хвърляне в природна среда	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (паднало дърво).</li> <li>• Изпълнява комбинации от различни видове бягане с други естествено-приложни движения.</li> <li>• Хвърля шишарки с една ръка отгоре в далечина.</li> </ul>	
34	Ден на спорта	Спортно-подготвителна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проявява стремеж към постижения и себедоказване, коопериране и взаимодействие в спортно-подготвителни игри с елементи от бадминтон, футбол и хандбал.</li> <li>• Участва в състезания с поставени задачи от спортовете бадминтон, футбол и хандбал насочени към формиране на двигателен опит.</li> </ul>	
34	Парад на естествено приложната двигателна дейност	Естествено-приложна двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Строява се и се престрояване в редица, колона, кръг и обратно със смяна на темпа и ритъма и марширува.</li> <li>• Придвижва се чрез ходене равновесно по тясна повърхност (пейка) с изпълнение на равновесни стоежи, обръщане, пресечни стъпки, отскок до полуклек.</li> <li>• Катери се с кръстосана координация по диагонал на гимнастическа стена и изпълнява вис – обръщане в тилен лег и повдигане на краката.</li> </ul>	
34	Фестивал на игрите	Игрова двигателна дейност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор от подвижни игри за усъвършенстване техниката на естествените движения „Опасна зона“ „Кой ще скочи по-далече“, „Кой ще скочи по-високо“, „Хвърляй в мишена триъгълник“.</li> <li>• Владее набор от народни подвижни игри „Гайдарче“.</li> </ul>	
35	Проследяване на резултатите от обучението	Физическа дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Владее набор тестове за измерване развитието на двигателните качества бързина, сила, издръжливост.</li> <li>• Изпълнява подвижни игри за релаксация – „Сметкобол“, „Довърши думата“.</li> </ul>	
36				