

УТВЪРДИЛ:.....
Директор: Венета Вълканова



ПРОГРАМА ЗА ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ И УЧАСТИЕ В СПОРТНИ ДЕЙНОСТИ В ДГ №13 „МИР“ ЗА УЧЕБНАТА 2025/2026г.

Програмата е разработена за изпълнение на стратегическите цели, заложиени в ЗПУО и е насочена към осигуряване на условия за физическа активност и участие в спортни дейности. Приета е с решение на Педагогическия съвет, протокол №5/12.09.2025г. и е утвърдена със заповед на директора №9/15.09.2025г.

Спортуването в детската градина допринася за изграждането на различни качества. При практикуването на различни видове спортове децата проявяват двигателни умения и качества. По време на игрите изпитват емоции, които са резултат от активното им участие в тях. Децата се научават как да понасят победата и загубата, което е от значение за поведението им в живота. Децата имат много енергия, която е важно да изразходват по правилен начин. Спортуването е чудесен начин, за да направят нови приятелства. Екипните спортове провокират у децата съзнанието, че са част от общ екип и им показват ролята на всеки съотборник, като спазват духа на "честната игра". Игралки с другите деца, се учат да се грижат за своята безопасност и за безопасността на другите.

В Детска градина № 13 „Мир“ спортните празници са радостно събитие в живота на децата. В тях те демонстрират самостоятелно и творчески, в състезателна обстановка, овладяната през годината естествено-приложна двигателна дейност, изпълнение на спортно-подготвителни, подвижни, щафетни и музикално-двигателни игри. Празниците в детската градина и подготовката за тях са източник на радост и щастливи преживявания. По непринуден начин децата получават разнообразни впечатления, разширяват познанията си, активират мисленето, въображението и своята дейност. Интересът е условие за формиране на организирано поведение на децата. От малки децата растат в конкурентна среда, която ги учи да се сравняват и да дават много от себе си. Участието и на родителите в празниците носи радост и положителни емоции на децата.

Много дейности по образователно направление „Физическа култура“ са свързани с подобряване на здравословното състояние, физическо развитие и дееспособност на децата и изграждане на мотивация и увереност в собствените възможности. Те показват своите знания за здравословното хранене, хигиената и спорта, както и за това колко важни са тези компоненти за здравословния начин на живот и физическа активност.

Програмата е насочена към овладяване и усъвършенстване на естествено-приложната двигателна дейност в детската градина.

Акцентираща се върху развитието на игровата култура на децата, съобразена с възрастовите им особености и изграждане на игрови и комуникативни умения в двигателната дейност, както и увереност в собствените възможности на децата.

Осигуряването на условия за физическа активност и участие в спортни дейности се базира и с изпълнение на ПМС № 46/19.03.2020 г. за определяне на минимални диференцирани размери на паричните средства за физическа активност, физическо възпитание, спорт и спортно-туристическа дейност на децата. Средствата са предназначени за всички деца и се използват целево и единствено за дейности в областта на физическото възпитание и спорта и материално - техническото им обезпечаване, предназначени за закупуването на спортни пособия.

ЦЕЛИ:

1. Стимулиране на двигателната активност на децата.
2. Създаване на благоприятна среда за игри на открито за децата от всички възрастови групи.
3. Формиране на умения за комбиниране на приложните движения и елементи от игрите в разнообразни условия;
4. Изграждане на мотивация и увереност в собствените възможности на децата;
5. Развитие на игровата култура в двигателната дейност.

ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ:

Проявяване на двигателна активност и емоционална удовлетвореност от игровата двигателна дейност.

Развитие на игровата култура на децата като се сравняват и се самооценяват в игрово-двигателен и поведенчески план.

Стимулиране на двигателната активност на децата.

Създаване на благоприятна среда за игри на открито за децата от всички възрастови групи.

План за работа по спортни дейности в ДГ № 13 „Мир“ за учебната 2025/2026г.

Основна цел: Изграждане на навици за водене на здравословен начин на живот, придобиване на знания и умения по видовете спорт, практикувани в предучилищна възраст.

Конкретни цели:

1. Предиизвикване на траен интерес в децата за занимания с физически упражнения, игри и спорт.

2. Създаване на условия и възможности за участие в игри и физически упражнения с оглед подобряване здравословното състояние, физическото развитие и дееспособност.
3. Осигуряване на спортни уреди и пособия за провеждане на различните видове физически занимания и игри за деца.
4. Формиране на интерес и потребност на децата към системни занимания с физически упражнения, игри и навици за активна двигателна дейност от най-ранна детска възраст.
5. Привличане на специалисти от системата на спорта за провеждане на физически занимания и игри за децата в детската градина, като допълнителна дейност за насърчаване на двигателната активност.

Задачи:

1. Оптимизиране на физическата активност чрез изграждане на система от спортни дейности в сградата на детската градина и на открито.
2. Разширяване и обогатяване на двигателните умения и навици чрез осъществяване на различни форми на работа по образователно направление „Физическа култура“.
3. Повишаване чувството за физическо удовлетворение от дейности на открито и използване възможностите на спорта като превенция срещу агресията сред децата.

Месечни форми и мероприятия

месец Септември 2025г.

1. Установяване равнището на двигателните качества на децата- контрол и оценка.
2. Разучаване ходене, бягане, подскоци, скок на дължина от място при малките групи, подаване, ловене и тупкане на топка, бягане в зиг-заг, щафетни игри-подготвителните групи.
3. Изнасяне на здравна беседа и видеофилм, свързани със здравословния начин на живот и диагностика на заболяванията от медицинските лица в детската градина.

месец Октомври 2025г.

1. Разучаване на ходене в коридор, търкаляне на топка, лазене при малките групи, подскоци, прекатерване на пейка, ходене през препятствия, хвърляне в хоризонтална цел, развиване на сила, координираност, точност и ловкост- подготвителни групи.
2. Обогатяване на кътовете за спортни дейности.
3. Провеждане на ско-разходка в Морската градина, с цел наблюдение на природата и нейните богатства-въздух, вода, растителен и животински свят. Събиране на природни материали, необходими за работа по направленията „Околен свят“, „Изобразително изкуство“ и „Конструиране и технологии“.

месец Ноември 2025г.

1. Разучаване хвърляне на топка, ходене в колона, скачане, ходене през препятствия при малките групи; развиване на равновесие и бързина-подготвителни групи.
2. Усъвършенстване на двигателните качества на децата, чрез организиране на спортни игри на открито.

3. Организиране на спортен празник. Активизиране на децата и мотивиране за проява на по-задълбочени спортни занимания и преживяване на положителни емоции от спортното състезание.

месец Декември 2025г.

1. Игри с бягане и търкаляне, лазене с провиране, прекатерване при малките групи ; разучаване скачане на дължина и усъвършенстване на естествено-приложни движения - подготвителните групи.
2. Провеждане на закалителни процедури в зимна обстановка.
3. Затвърдяване на овладени физически упражнения чрез организиране на състезателни игри между отделните групи.

месец Януари 2026г.

1. Разучаване ходене в зиг-заг, ходене и бягане със смяна на темпото, равновесно ходене-малките групи; развиване на сила на долните и горните крайници, развиване на гъвкавост, равновесие и точност, лазене в коридор-подготвителни групи.
2. Гостуване на спортни специалисти.
3. Зимни игри.
4. Хвърляне и ловене-подхвърляне вертикално нагоре на малки гумени топки и ловене.

месец Февруари 2026г.

1. Разучаване на бягане и лазене в зиг-заг, подаване и ловене на топка, търкаляне на топка към ориентир; бягане в коридор-малките групи, затвърдяване и усъвършенстване на разучени упражнения при променливи условия-подготвителни групи.
2. Игри със сняг за развиване на умение за точност на стрелбата, внимание и съобразителност.
3. Гимнастици- Изпълнение на двигателни действия с обръч.

месец Март 2026г.

1. Разучаване на ходене с престрояване, равновесно ходене, скачане от високо на ниско, лазене с провиране-малките групи; строеви упражнения, щафетни игри-подготвителни групи.
2. Наблюдение на спортни мероприятия. Посещение на стадион и други спортни площадки, училища с цел нагледно запознаване с различни видове спорт и емоционално съпреживяване на успехите на отбора.
3. Музикално-подвижни игри.
4. Игри с топка в Морската градина-детски футбол.

месец Април 2026г.

1. Разучаване на хвърляне в цел, катерене по стълба, затвърдяване на ходене с престрояване - малки групи; странично бягане с подскоци, развиване на равновесие и точност-подготвителни групи.
2. Провеждане на еко-разходки до близки местности и природни забележителности.

3. Танцовото изкуство-едно от средствата на физическото възпитание. Използване на фолклорни танци и игри с цел стимулиране двигателната активност на децата. Участие във фолклорни пролетни празници.
4. Народни подвижни игри. Изразяване на емоционална удовлетвореност от игровата двигателна активност.

месец Май 2026г.

1. Разучаване на ходене и бягане в кръг с промяна на посоката, скачане от ниско на високо-малки групи; скачане на един крак, хвърляне на плътна топка-подготвителни групи.
2. Контрол и оценка на двигателни качества чрез измерване на физическата дееспособност на децата от всички възрастови групи.
3. Игри с топка в Морската градина – „Народна топка“.
4. Организиране на спортни игри за Националния ден на спорта - 17 май.
5. Подготовка на състезателни игри за деня на детето-1 юни.