

УТВЪРЖДАВАМ:
АНЕЛИЯ СТОЙМИРОВА
Директор на ДГ „Първи юни”
Заповед № /15.09.2026г

ПЛАН-ПРОГРАМА ЗА ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ И СПОРТ

ДГ „Първи юни“, гр. Кюстендил – Учебна 2026/2027 г.

I. СЪЩНОСТ НА ПРОГРАМАТА

Програмата за физическа активност и спорт е методическа рамка, насочена към укрепване на физическото здраве, подобряване на дееспособността и формиране на трайни навици за здравословен начин на живот у децата. Тя се реализира чрез разнообразни форми на двигателна активност – утринна гимнастика, подвижни игри, спортни празници и разходки. Предвид липсата на специализиран учител по физическо възпитание, програмата се изпълнява от учителите по групи, като се акцентира върху емоционалното преживяване и правилното физическо развитие.

II. ЦЕЛ:

Подобряване на здравословното състояние на децата и развиване на техните физически качества (бързина, ловкост, издръжливост) чрез системни и достъпни спортни занимания в безопасна среда.

III. ОСНОВНИ ЗАДАЧИ:

1. **Здравно-биологична задача:** Укрепване на костно-мускулната система, подобряване на обмяната на веществата и закаляване на детския организъм.
2. **Образователна задача:** Усвояване на основни видове движения (ходене, бягане, скачане, лазене, хвърляне) и запознаване с различни видове спорт.
3. **Възпитателна задача:** Формиране на волеви качества (самообладание, упоритост), екипен дух и дисциплина чрез правилата на спортните игри.
4. **Корективна задача:** Превенция на гръбначни изкривявания и наднормено тегло чрез подбрани изправителни упражнения и активни игри.
5. **Организационна задача:** Ефективно използване на спортната база в сградата и на открито (двора), както и включване на родителите в съвместни спортни инициативи.

IV. СЪДЪРЖАНИЕ И ГРАФИК:

Месец	Тема / Спортно събитие	Форма на провеждане	Отговорници

Месец	Тема / Спортно събитие	Форма на провеждане	Отговорници
Септември	„Европейски ден на спорта в училище/ДГ“	Спортен празник на двора с щафетни игри.	Учители по групи
Октомври	„Есенна спартакиада“	Подвижни игри с есенни елементи (бягане, скачане).	Учители по групи
Ноември	„Гимнастика за здраве“	Утринна гимнастика с музикален съпровод (ежедневно).	Музикален ръководител / Учители
Декември	„Зимни приключения“	Игри за координация и равновесие в залата.	Учители по групи
Януари	„Малки юнаци“	Елементи от изправителната гимнастика и йога за деца.	Учители по групи
Февруари	„Весели щафети“	Вътрешногрупови състезания по бързина.	Учители по групи
Март	„Баба Марта бързала“	Подвижни игри на открито (при подходящо време).	Учители по групи
Април	Световен ден на здравето (7 април)	Масов крос или спортен празник „Здрави и силни“.	Екип на ДГ
Май	„Ден на българския спорт“ (17 май)	Вело-състезание или тротинетки в двора на ДГ.	Учители / Родители
Юни	„Спортно лято“	Игри с вода, балони и народни топки на открито.	Учители по групи

Изготвил: Десислава Костова, заместник-директор