

**УЧЕБНА ПРОГРАМА
ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ ЗА XI КЛАС
(ОБЩООБРАЗОВАТЕЛНА ПОДГОТОВКА)**

КРАТКО ПРЕДСТАВЯНЕ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА

Обучението в XI клас е насочено към тясната специализация на ученика в зависимост от спецификата на съответния вид спорт, спортна дисциплина като важно условие за стабилното и устойчивото двигателно, интелектуално и емоционалното развитие на личността на ученика.

Образователните цели на учебната програма в XI клас са насочени към:

- усъвършенстване на функционалните възможности на организма към определен вид спорт, спортна дисциплина и развиване на комплекса от водещите за дадения вид спорт функции и осигуряване на необходимото равнище на съответствие между нивото на специалната работоспособност и общите функционални възможности на организма;
- достигане на оптимално съотношение между биомеханичните, физиологичните, психологичните и естетичните критерии на спортната техника;
- постигане на способност за обективно оценяване на индивидуални, групови или отборни технико-тактически действия, основани на анализ на състезателните правила на вида спорт или спортна дисциплина;
- дискутиране на въпроси, свързани с честната спортна борба и употребата на допинга в контекста на духа и идеалите на олимпизма.

Учебното съдържание е диференцирано по пол съобразно изучавания спорт или спортна дисциплина и гарантира включването в обучението и на ученици със специални образователни потребности. Двигателни навици и умения от предходните години продължават да се упражняват и усъвършенстват независимо от това, че не са посочени в основното учебно съдържание.

Придобиването на теоретични знания се осъществява паралелно с овладяването на двигателните умения. Планирането на съответстващите учебни дейности за гарантиране изпълнението на учебната програма се осъществява при спазване на последователността на етапите на обучението в двигателно-познавателната дейност и отчитане на специфичните и характерни за региона климатични условия.

ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ ОТ ОБУЧЕНИЕТО В КРАЯ НА КЛАСА

ОБЛАСТИ НА КОМПЕТЕНТНОСТ

ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ, ОТНОШЕНИЯ

ЗАДЪЛЖИТЕЛНИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ

Лека атлетика	Прилага спортна техника и тактика на избрана дисциплина от групи бягания, скокове и хвърляния. Притежава необходимото за възрастта равнище на физическа дееспособност.
Гимнастика	Прилага техника на бягане на къси разстояния или скокове съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.
	Съставя и изпълнява индивидуално гимнастическо съчетание. Изпълнява комбинации от акробатиката и комплекси от аеробиката. Изпълнява „Дайчово хоро“ и „Ширто“. Съставя и изпълнява творческа танцова композиция.
Спортни игри	Съставя и изпълнява творческа композиция от упражнения съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.
	Прилага спортна техника и тактика на два спорта от групата на отборните спортове (баскетбол, хандбал, волейбол, футбол). Участва в групови и отборни взаимодействия в нападение и в защита и съдийства.
	Прилага индивидуални технически и тактически действия и групови или отборни взаимодействия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.

ИЗБИРАЕМИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ

Плуване, водни спортове

Прилага спортна техника и тактика на избран плувен стил на къси дистанции. Прилага спортна техника и тактика на гребане. Изпълнява дейности и мерки за водно спасяване, безопасност и реанимация.

Прилага упражнения и дейности съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.

Туризм, ориентиране, зимни спортове

Прилага спортна техника и тактика на ски алпийски дисциплини или сноуборд. Изкачване. Ориентиране. Катерене. Оказва помощ при планинско спасяване.

Прилага елементи от планинска, ски или сноуборд техника съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.

Ракетни спортове

Прилага спортна техника и тактика на бадминтон. Прилага спортна техника и тактика на тенис на маса. Прилага спортна техника и тактика на тенис.

Прилага индивидуална техника и тактика на един от ракетните спортове съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.

Бойни спортове

Прилага спортна техника и тактика на борба, джудо, карате-до или таекуон-до.

Прилага индивидуална техника и тактика на един от бойните спортове съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.

Фитнес гимнастически дисциплини	<p>Изпълнява основни движения и упражнения от латино танцова аеробика (зумба), паркур или стрийт фитнес и калистеника. Свързва в комплекси изучените техники.</p> <p>Изпълнява движения и упражнения от фитнес гимнастически дисциплини съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>
Шахмат	<p>Стратегическо мислене. Пресмята двуходови и триходови комбинации. Анализира случайно избрани позиции и планира разволя на партията.</p> <p>Тактика и стратегия в шахмата. Прилага комбинации в шахматната игра съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>

Изисква се овладяването на една от трите задължителни области на учебното съдържание. От избираемите области на учебното съдържание се изисква овладяването най-малко на един спорт или на една двигателно-познавателна дейност.

Изборът на вид спорт/двигателно-познавателна дейност се осъществява от учителя и училищното ръководство съобразно квалификацията на учителя, интересите на учениците, условията, възможностите и традициите на училището.

Обучението по плуване и водни спортове и по туризъм, ориентиране и зимни спортове се реализира, като часовете по учебен план могат да се групират в съответствие с моделната характеристика на вида спорт или спортна дисциплина.

УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ

Теми	Компетентности като очаквани резултати от обучението	Нови понятия
ЗАДЪЛЖИТЕЛНИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ		
Лека атлетика Бягания <ul style="list-style-type: none"> Спортна техника и тактика на избрана дисциплина от група бягания Правилознание 	<p>Решава двигателни задачи за усъвършенстване на спортната техника и тактика при бягане на къси и средни разстояния и постига личен резултат.</p> <p>Познава права и задължения на състезатели и съдии.</p> <p>Участва в лекоатлетически състезания, регистрира резултати и съдийства.</p> <p>Работи с документи за провеждане на състезания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> специфична работоспособност
Скокове <ul style="list-style-type: none"> Спортна техника и тактика на избрана дисциплина от група скокове 	<p>Решава двигателни задачи за усъвършенстване на спортната техника и тактика при дисциплини от група скокове.</p> <p>Познава права и задължения на състезатели и съдии.</p> <p>Участва в лекоатлетически състезания, регистрира резултати и съдийства.</p> <p>Работи с документи за провеждане на състезания.</p>	
Хвърляния <ul style="list-style-type: none"> Спортна техника и тактика на избрана дисциплина от група хвърляния 	<p>Анализира, коментира и изпълнява частите на движенията от дисциплините в група хвърляния.</p>	
Дейности за АФВ: Техника на бягане на къси разстояния или скокове	<p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
Физическа дееспособност <ul style="list-style-type: none"> Функционално състояние и двигателни способности на организма 	<p>Поддържа най-малко средното ниво на физическата дееспособност за съответната възраст и пол. Познава и използва методи за измерване.</p>	<ul style="list-style-type: none"> динамометрия хронометрия дистанциометрия
Гимнастика Спортна гимнастика <ul style="list-style-type: none"> Композиционна структура и изисквания за съставяне на 	<p>Познава структурата и съдържанието на индивидуалните гимнастически съчетания за момичета и момчета.</p> <p>Разбира и прилага критериите за оценяване на съчетанията.</p> <p>Запознава се с основните принципи за съставяне на съчетания и</p>	<ul style="list-style-type: none"> структура на съчетание оценяване на съчетание

<p>индивидуално гимнастическо съчетание</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проект за съставяне на индивидуално гимнастическо съчетание <p>Акробатика</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учебна комбинация с акробатични балансови и темпови упражнения <p>Аеробика</p> <ul style="list-style-type: none"> • Аеробни танцовални комплекси с различна продължителност <p>Дейности за АФВ: Самостоятелно подготвена творческа композиция съдържаща отделни упражнения от изучаваните дисциплини</p>	<p>подбира различни по трудност упражнения и танцовални стъпки. Изготвя и представя проект за индивидуално гимнастическо съчетание, в който подрежда избраните упражнения и танцовални стъпки в композиция с музикален съпровод (за момичета).</p> <p>Изпълнява последователно свързани изучавани балансови и темпови упражнения в учебна комбинация съобразена с нивото на подготовка.</p> <p>Изпълнява танцовални комплекси с продължителност 12, 15 и 20 минути с ниска и висока интензивност в различен стил музика.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>Народни хора и танци</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Дайчово хоро“ • „Ширто“ <p>Дейности за АФВ: Танцови движения или елементи от „Дайчово хоро“ и „Ширто“</p>	<p>Изпълнява танцови комбинации и импровизации, характерни за „Дайчово хоро“ и „Ширто“.</p> <p>Съставя и изпълнява творческа танцова композиция.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • фолклорен танцов ансамбъл • „Дайчово хоро“ • „Ширто“ • танцова композиция
<p>Спортни игри Отборни спортове Баскетбол</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика • Стрелба от далечно 	<p>Прилага стабилно и устойчиво специфични за баскетболната игра технико-тактически действия.</p> <p>Реализира точно и успешно групови и отборни взаимодействия в нападение и защита.</p> <p>Постига спортен стил за успешна личностна реализация.</p>	

<p>разстояние и завършване в близост до коша по различен начин.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Групови и отборни действия в защита и нападение • Лична защита и зонава преса на ½ игрище • Правилознание - прилагане на правилата в играта 	<p>Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири (прилага успешно свирков сигнал и жестове според правилата на играта).</p>	
<p>Волейбол</p> <ul style="list-style-type: none"> • Колективни тактически действия в нападение • Колективни тактически действия в защита: системи на игра в защита (с вмъкнат и с изтеглен заден център) • Функции на състезателите във волейболния отбор 	<p>Прилага стабилно и устойчиво взаимодействия в нападение (между посрещачи, между първо и второ подаване, между разпределител и нападател, между нападателите).</p> <p>Прилага стабилно и устойчиво тактически действия в защита – системи на игра в защита с вмъкнат и с изтеглен заден център.</p> <p>Постига спортен стил за успешна личностна реализация.</p> <p>Познава и прилага в игрови условия специфичните функции на състезателите във волейболния отбор (разпределител, универсален нападател, специализиран нападател, централен блокиращ, либеро).</p> <p>Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • универсален нападател (посрещач) • специализиран нападател (диагонал на разпределителя) • централен блокиращ
<p>Футбол</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика • Групови и отборни действия в защита и нападение • Игри и игрови форми „10x10+вратар“ (Футбол 11) при системи на игра 4:3:3, 4:4:2, 4:5:1 и 3:5:2 • Правилознание 	<p>Прилага стабилно и устойчиво специфични за футболната игра технико-тактически действия.</p> <p>Реализира точно и успешно групови и отборни взаимодействия в нападение и защита.</p> <p>Разпознава система и схема на игра.</p> <p>Постига спортен стил за успешна личностна реализация.</p> <p>Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири (прилага успешно свирков сигнал и жестове според правилата на играта).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • съдийски сигнали • система на игра • схема на игра
<p>Хандбал</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика • Групови и отборни действия • Системи на игра • Правилознание 	<p>Прилага стабилно и устойчиво специфични за хандбалната игра технико-тактически действия.</p> <p>Реализира точно и успешно групови и отборни взаимодействия в нападение и защита.</p> <p>Разпознава система и схема на игра.</p> <p>Постига спортен стил за успешна личностна реализация.</p> <p>Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири (прилага</p>	<ul style="list-style-type: none"> • система на игра • схема на игра

<p>Дейности за АФВ: Индивидуални технически и тактически действия и групови или отборни взаимодействия от спортните игри.</p>	<p>успешно свирков сигнал и жестове според правилата на играта).</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>ИЗБИРАЕМИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ</p>		
<p>Плуване, водни спортове Плуване</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика на избран плувен стил на къси дистанции <p>Дейности за АФВ: Индивидуални действия за рехабилитация</p>	<p>Прилага стабилност и устойчивост на индивидуалните технико-тактически действия в избран плувен стил на къси дистанции. Презентира факти или събития, обвързани с честната спортна борба.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>Гребане</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални технико-тактически действия - спортна техника и тактика 	<p>Демонстрира умения за повишаване на ергометричната работоспособност. Решава проблеми, свързани с адаптирането на тактическия модел към съответното състезание и гонка.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • тактически модел • ергометрична работоспособност
<p>Оказване на помощ във водна среда Водноспасителен минимум</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правила за изваждане от водата и пренасяне на пострададал • Първа помощ при даване и удавяне • Приложно плуване за оказване на помощ <p>Дейности за АФВ: Оказване на първа помощ</p>	<p>Използва и прилага правила за изнасяне на пострададал от водата Демонстрира действия по схема за оказване на първа долекарска помощ. Правилно изпълнява осигуряване на свободен дихателен път, възстановяване на дишането и възстановяване на кръвообращението. Взема правилни решения при оказване на помощ при водни инциденти със и без помощта на спасителни средства.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • преносими хватки

<p>Туризм, ориентиране, зимни спортове Туризм</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика на изкачване и катерене • Изисквания за придвижване и пребиваване в защитени територии • Оказване на помощ при травми на крайниците <p>Дейности за АФВ: Планинска техника. Изкачване.</p>	<p>Познава и демонстрира стабилни туристически умения и навици за изкачване на върхове и за катерене по изкуствена стена. Създава план и организира работата за придвижване в защитени територии и опазване на природата. Преценява нивото на травматични увреждания на крайниците и оказва помощ.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • изкачване • защитени територии • пребиваване • травми
<p>Зимни спортове Ски</p> <ul style="list-style-type: none"> • Алпийски ски – спортна техника и тактика - клас А и В <p>Сноуборд</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика - ниво напреднали <p>Дейности за АФВ: Елементи от ски или сноуборд техника</p>	<p>Познава и използва спортна техника и тактика на алпийските ски - клас А и В. Познава и използва спортна техника и тактика в сноуборда на ниво напреднали.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>Ракетни спортове Бадминтон</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика • Техничко-тактически действия в играта по единично и по двойки • Провеждане на турнири • Съдийство • Правилосъзнание 	<p>Прилага стабилност и устойчивост на технико-тактически действия в нападение и защита в избрания ракетен спорт. Постига спортен стил за успешна личностна реализация. Изпълнява и прилага успешно по предварително зададени тактически задачи взаимодействия с партньора в игрите по двойки в нападение и защита. Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири.</p>	

<p>Тенис</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика • Техничко-тактически действия в играта по единично и по двойки • Провеждане на турнири • Съдийство • Правилознание <p>Тенис на маса</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика • Техничко-тактически действия в играта по единично и по двойки • Провеждане на турнири • Съдийство • Правилознание <p>Дейности за АФВ: Индивидуална техника и тактика</p>	<p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>Бойни спортове Борба/Джудо</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортна техника и тактика от стойка, в партер - варианти и комбинации • Учебна схватка • Правилознание <p>Дейности за АФВ: Индивидуална техника и тактика</p>	<p>Прилага стабилност и устойчивост на технико-тактически действия в нападение и защита. Постига спортен стил за успешналичностна реализация. Изпълнява успешно по предварително зададени тактически задачи варианти и комбинации. Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • технико-тактически комбинации и комплекси • осото гари, ипон • учи мата
<p>Карате-до</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кихон - техника за кумите единични удари с горен и долен крайник 	<p>Прилага стабилност и устойчивост на технико-тактически действия в нападение и защита. Постига спортен стил за успешналичностна реализация. Изпълнява успешно варианти и комбинации по предварително</p>	<ul style="list-style-type: none"> • кизами цики • гяко цуки • уракен учи • ура -маваши гери

<ul style="list-style-type: none"> • Защити от единични удари • Контраатаки срещу единични атаки <p>Таекуон-до</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални технико-тактически действия • Спортна техника и тактика • Защити от единични удари • Контраатаки срещу единични атаки <p>Дейности за АФВ: Индивидуална техника и тактика</p>	<p>зададени тактически задачи. Съдийства във вътрешноучилищни състезания и турнири.</p> <p>Използва и прилага блокове с ръце на средно ниво срещу въображаем партньор.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • о-сото гери
<p>Фитнес гимнастически дисциплини</p> <p>Латино танцова аеробика (Зумба)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основни стъпки и танцови комбинации в стил меренге • Основни стъпки и танцови комбинации в стил салса • Основни стъпки и танцови комбинации в стил ча-ча <p>Стрийт фитнес и калистеника</p> <ul style="list-style-type: none"> • Изпълнение на връзки от упражнения на лост с различна трудност • Изпълнение на връзки от упражнения на успоредка с различна трудност <p>Паркур</p> <ul style="list-style-type: none"> • Основни прескоци - прескок разкрачка, свит прескок, 	<p>Изпълнява самостоятелно и поотделно основни стъпки от меренге, салса, ча-ча. Разпознава и свързва в танцови комбинации изучените стъпки с различен стил и изпълнява с музикален съпровод.</p> <p>Разпознава, свързва и изпълнява във връзка статично-силови, махови и динамични упражнения с различна трудност на лост и успоредка.</p> <p>Изпълнява самостоятелно и поотделно с правилна техника основни прескоци – прескок разкрачка, свит прескок, въвмятен прескок с</p>	<ul style="list-style-type: none"> • меренге • салса • ча-ча

<p>въвмятен прескок с двойна опора</p> <ul style="list-style-type: none"> Акробатични упражнения - кълбо през рамо, странично претъркаване над скрин, странично колело, кръгомно премятане <p>Фитнес</p> <ul style="list-style-type: none"> Здраве и фитнес – хранене и хранителен режим, допинг <p>Дейности по АФВ: Движения и упражнения от фитнес гимнастически дисциплини</p>	<p>двойна опора.</p> <p>Изпълнява самостоятелно и поотделно с правилна техника акробатични упражнения – кълбо през рамо, странично претъркаване над скрин, странично колело, кръгомно премятане.</p> <p>Презентира факти или събития, обвързани с честната спортна борба в контекста на употребата на допинг.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> свит прескок въвмятен прескок кръгомно премятане <ul style="list-style-type: none"> имуностимулатори
<p>Шахмат</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие на комбинационното зрение и разчета на варианти Усъвършенстване на стратегическото мислене <p>Дейности за АФВ: Тактика и стратегия в шахматната игра</p>	<p>Борави свободно с понятийно-терминологичната база на шахмата. Умее да пресмята двуходови и елементарни триходови комбинации на базата на изградени тактически навици.</p> <p>Анализира случайно избрани позиции, базирайки се на стратегически критерии, и на базата на получените изводи планира по-нататъшния развой на партията.</p> <p>Прилага комбинации съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> шахматна терминология комбинационно зрение разчет на варианти форсиран вариант

ПРЕПОРЪЧИТЕЛНО ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ЗАДЪЛЖИТЕЛНИТЕ УЧЕБНИ ЧАСОВЕ ЗА ГОДИНАТА

Годишният брой часове за изучаване на учебния предмет физическо възпитание и спорт в XI клас е определеният годишен брой часове в прилагания в училището рамков учебен план.

- за изучаване на задължителните области на учебното съдържание - 75%;
- за изучаване на избираемите области на учебното съдържание - 25%.

За овладяване на нови знания и двигателни умения	20%
За прилагане на изученото учебно съдържание в игровата дейност	54%
За развиване на двигателни качества	20 %
За контрол и оценка на физическата дееспособност	6%

Спазването на препоръчителното процентно разпределение на задължителните учебни часове за учебна година, отнесено към един учебен час предполага планиране на урочната работа с четири задачи за всеки урок. Задачите следва да осигуряват работа за овладяване на знания, двигателни умения и навици, развиване на двигателни качества и игрова дейност, като следват логиката и последователността на етапите на процеса на обучение в двигателно-познавателна дейност (НР – начално разучаване, ЗР – задълбочено разучаване, ЗУ – затвърждаване и усъвършенстване), възрастовите и методически изисквания за развиване на двигателните качества (РДК) на учениците. Това означава подреждане на задачите във всеки урок, както следва:

1. НР, ЗР или ЗУ на...
2. НР, ЗР или ЗУ на...
3. РДК...
4. Учебна игра

СПЕЦИФИЧНИ МЕТОДИ И ФОРМИ ЗА ОЦЕНЯВАНЕ НА ПОСТИЖЕНИЯТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Практически изпитвания при спазване на последователността на етапите на обучението в двигателно-познавателната дейност, в които се включват теоретични знания и правилознание	50%
За контрол и оценка на физическата дееспособност една оценка в началото и в края на учебната година с отчитане на индивидуалния прираст в постиженията	25%
Други участия (работа в час, оказване на помощ, самостоятелна работа, участие в спортни състезания)	25%

Очакваните резултати от обучението за овладяването на знания, двигателни умения и дейности от съответната област на учебното съдържание се оценяват по критерии, определени в началото на учебната година от учителя по физическо възпитание и спорт. Практическите изпитвания могат да се организират като индивидуални или като групови. Устните изпитвания са индивидуални - ученикът дава устни решения и отговори на индивидуално поставени въпроси или задачи.

Оценяването на техническото изпълнение на двигателните действия и тяхното прилагане в игровата дейност, на количествения резултат при измеримите физически упражнения и на теоретичните знания стимулират творческата и двигателната активност на учениците, инициативността и предприемаческите им умения.

Състоянието на физическата дееспособност се оценява чрез система за оценка на физическата дееспособност на учениците от I до XII клас, която е в сила от учебната 2019 - 2020 година. Текущото изпитване за установяване на входно равнище по учебен предмет физическо възпитание и спорт се осъществява чрез оценяване на физическата дееспособност. В системата не са включени тестове и нормативи за учениците със специални образователни потребности, които се оценяват в съответствие с индивидуалния им прираст в овладяването на съответната двигателна дейност.

Не се оценяват ученици, освободени по здравословни причини за периода на изучаването на двигателните знания, умения и навици и за времето, което не позволява поставяне на минималния брой текущи оценки.

Не се оценяват учениците, освободени дълготрайно по здравословни причини от упражняване на физически упражнения, спорт, туризъм или фитнес.

ДЕЙНОСТИ И МЕЖДУПРЕДМЕТНИ ВРЪЗКИ

<i>Ключови компетентности</i>	<i>Дейности и междупредметни връзки</i>
1. Компетентности в областта на българския език	✓ Ориентиране в устройството и функциите на съвременното общество.
2. Умения за общуване на чужди езици	✓ Познаване спортните термини и понятия на чужд език свързани с правилата по вид спорт.
3. Математическа компетентност и основни компетентности в областта на природните науки и на технологиите	✓ Прилагане на вероятност на съставно (сложно) събитие при решаване на конкретни проблеми.
4. Дигитална компетентност	✓ Използване на информация от интернет пространството.
5. Умения за учене	✓ Постигане на способност за оценяване по пътя на преки наблюдения, анализ и обратна информация при прилагане на умения за съдийстване.

6. Социални и граждански компетентности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Общуване конструктивно в различни среди и ситуации - съдийстване. ✓ Обсъждане и предлагане на решения по проблеми и казуси, свързани с правилознание. ✓ Осъзнаване необходимостта за противодействие срещу насилието и демонстрира стремеж към разрешаване на конфликтни ситуации по градивен начин, като съдийства. ✓ Презентиране и обсъждане на честната спортна борба и употребата на допинг.
7. Инициативност и предприемачество	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Създаване на план и организиране на работа самостоятелно и в екип.
8. Културна компетентност и умения за изразяване чрез творчество	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Развиване умения за изява пред публика. ✓ Предлагане на лична интерпретация.
9. Умения за подкрепа на устойчивото развитие и за здравословен начин на живот и спорт	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Укрепване на здравето и на психо-физическото състояние и превенция на наранявания и травми в резултат на упражняване на физически упражнения. ✓ Специализация на двигателните знания и умения в зависимост от спецификата на съответния вид спорт, спортна дисциплина като важно условие за стабилното и устойчиво двигателно, интелектуално и емоционално развитие на личността на ученика. ✓ Дискутиране на въпроси, свързани с честната спортна борба и допинга в контекста на духа и идеалите на олимпизма. ✓ Стимулиране мотивацията за участие в спортни състезания. ✓ Използване на правила за здравословно и рационално хранене и хранителен режим. ✓ Формиране на първоначална гражданска грамотност в духа и принципите на олимпизма. ✓ Провеждане на вътрешноучилищни състезания. ✓ Включване на ученици със специални образователни

	потребности. ✓ Организиране и провеждане на спортни дейности.
--	--

Забележка: Посочените дейности са примерни и не изчерпват възможностите за изграждане на междупредметни връзки.