

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

**КРАТКО ПРЕДСТАВЯНЕ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА**

Обучението по физическо възпитание и спорт в III клас е насочено към насърчаване на устойчивото развитие на личността на ученика, към структурното изграждане и функционалното усъвършенстване на организма и формиране на социалнозначими качества за социална интеграция.

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

- разширяване на обема от знания за използването и приложението на физическите упражнения в подкрепа на хармоничното развитие и здравословния начин на живот;
- затвърждаване на двигателни знания и умения чрез развиване на усещанията и възприятията на ученика за пространство и време;
- подобряване на физическата дееспособност чрез повишаване на анаеробните възможности на организма;
- познаване, разбиране и изпълняване на основни технически елементи от отборните спортове футбол, хандбал и баскетбол;
- стимулиране на волевото преодоляване на трудностите в социалната среда;
- развиване на волевите качества на личността решителност, смелост, инициативност
- формиране на социално отговорно поведение чрез спазване на правилата на спортната дейност и принципите на олимпизма.

Учебното съдържание е диференцирано по пол съобразно спецификата на изучавания спорт или спортна дисциплина и гарантира

включването в обучението и на ученици със специални образователни потребности. Двигателните 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 учебните дейности за гарантиране изпълнението на учебната програма се осъществява при спазване 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**

<b>ОБЛАСТИ НА КОМПЕТЕНТНОСТ</b>	<b>ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ, ОТНОШЕНИЯ</b>
<b>ЗАДЪЛЖИТЕЛНИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ</b>	
Лека атлетика	<p>Разпознава и изпълнява основни двигателни умения свързани с бягане с максимална скорост и бягане през препятствия, скок на дължина с два крака от място и скок на дължина със засилване, хвърляне на малка плътна топка от място и със засилване в далечина и хвърляне на плътна топка с две ръце отдолу-напред и отгоре-назад. Притежава необходимото равнище на физическа дееспособност.</p> <p>Изпълнява ходене и бягане или скачане съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>
Гимнастика	<p>Разпознава и изпълнява общоразвиващи, строеви, приложни и скокови упражнения от основната гимнастика и упражнения на земя, гимнастическа стена и гимнастическа пейка спортната гимнастика. Изпълнява „Самоковско хоро” и „Седенчица”.</p> <p>Изпълнява гимнастически упражнения и танцови елементи съобразно на индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>

Спортни игри	<p>Познава и изпълнява технически похвати без топка от футбола, хандбала и баскетбола и специфични за трите игри технически елементи. Използва и прилага изучените елементи и действия в щафетни и спортно-подготвителни игри и в специфични игрови форми. Описва и разпознава основни правила от трите спортни игри.</p> <p>Изпълнява специфични за футболната, хандбалната и баскетболната игра елементи съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>
<b>ИЗБИРАЕМИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ</b>	
Плуване, водни спортове	<p>Познава и изпълнява движения за придвижване по гръб във водна среда. Познава значението на флаговата сигнализация за безопасност във водна среда.</p> <p>Изпълнява упражнения за адаптиране, дишане и издишане във водна среда съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>
Туризм, ориентиране, зимни спортове	<p>Придвижва се в група по равнинен или планински терен, ориентира се сред природата, определя разстояние без уреди и прилага закалителни процедури.</p> <p>Изпълнява дейности свързани с придвижване и ориентиране сред природата и закалителни процедури съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>
Ракетни спортове	<p>Познава и изпълнява удари специфични за бадминтона, тениса на маса или тениса. Използва и прилага изучените елементи и действия в щафетни и спортно-подготвителни игри.</p> <p>Изпълнява основни хватове, упражнения и придвижвания свързани с ракетните спортове съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>

Изисква се овладяването на учебното съдържание по лека атлетика, гимнастика и спортни игри. 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-познавателната 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
<b>ЗАДЪЛЖИТЕЛНИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ</b>		
<b>Лека атлетика</b> <b>Бягания</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Бягане с максимална скорост, с различна дължина и честота на крачките</li> <li>Бягане през ниски препятствия (уреди) с височина до 20 см на различен брой бегови крачки.</li> </ul>	<p>Разпознава и изпълнява бягане на къси разстояния до 30м.</p> <p>Разпознава и изпълнява бягане над ниски препятствия (уреди) с височина до 20 см.</p> <p>Изпълнява различни бегови упражнения за развиване на усещанията и възприятията за пространство и време.</p> <p>Прилага изучените двигателни действия в подвижни и щафетни и игри</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>максимална скорост</li> <li>бягане през препятствия</li> </ul>
<b>Скокове</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Скок на дължина с два крака от място</li> <li>Скок на дължина със засилване</li> </ul>	<p>Разпознава, изпълнява и терминува скок на дължина.</p> <p>Преодолява силата на тежестта на собственото тяло.</p> <p>Притежава способност да изпълнява многократни и последователни вертикални подскоци и многоскоци с един и два крака от място и със засилване.</p> <p>Прилага двигателните действия в подвижни и щафетна игри.</p>	
<b>Хвърляния</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Хвърляне на плътна топка с две ръце отдолу-напред и отгоре-назад</li> <li>Хвърляне на малка плътна топка от място и със засилване в далечина</li> <li>- Странично засилване</li> <li>- Финално усилие</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Ходене и бягане или скачане</p>	<p>Описва, разпознава и изпълнява хвърляне на плътна топка с две ръце отдолу-напред и отгоре-назад.</p> <p>Описва, разпознава и изпълнява хвърляне с малка плътна топка със странично засилване за постижение.</p> <p>Прилага хвърляне в подвижни и щафетни игри.</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>странично засилване</li> <li>финално усилие</li> </ul>

<p><b>Физическа дееспособност</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Функционално състояние и двигателни способности на организма</li> </ul>	<p>Постига средно ниво за състоянието на физическата дееспособност, измерено за съответната възраст и пол. Притежава обща физическа подготвеност и комплексно развитие на двигателните качества.</p>	
<p><b>Гимнастика</b>  <b>Основна гимнастика</b>  <b>Строеви упражнения и фигурни придвижвания</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Престрояване на място без промяна на посоката – от 1 в 2 редици</li> <li>• Обръщане на място с маршировка</li> <li>• Придвижване на зигзаг</li> </ul> <p><b>Общоразвиващи упражнения с и без уред</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнения по двойки</li> <li>• Самостоятелно изпълнени упражнения</li> </ul> <p><b>Приложни упражнения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• теглене</li> <li>• противодействие чрез тласкане и бутане</li> </ul> <p><b>Скокови упражнения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Отскачане и приземяване от ниско на високо</li> <li>• Скок в дълбочина</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b>  Строеви, общоразвиващи упражнения и упражнения с изправителен характер</p>	<p>Разпознава и изпълнява команди за разреждане и сгъстяване на строя.  Изпълнява престрояване от една в две редици и обратно на място.  Изпълнява команди за обръщане с маршировка на място наляво, надясно и кръгом.  Изпълнява фигурно придвижване на зигзаг в една колона.</p> <p>Изпълнява комплекси от общоразвиващи упражнения по двойки без уред.  Изпълнява с музикален съпровод комплекси от общоразвиващи упражнения на 2 и 4 бройки с уред – рингче, обръч.</p> <p>Изпълнява теглене по двойки и групово с хват за ръце или помощта на тояжка и въже.  Изпълнява тласкане и бутане по двойки в различни положения - стоеж, клек „петльов бой“ и др.</p> <p>Изпълнява отскачане от пода и приземяване на различни по височина уреди – постелка, части от скрин, гимнастическа пейка.  Изпълнява скок в дълбочина от високо на ниско.</p> <p>Изпълнява упражнения съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разреждане</li> <li>• сгъстяване</li> <li>• престрояване</li> <li>• зигзаг</li> <li>• упражнения по двойки</li> <li>• теглене</li> <li>• противодействие</li> <li>• тласкане</li> </ul>
<p><b>Спортна гимнастика</b>  <b>Упражнения на земя</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Коляннo-опорна везна</li> <li>• Обръщане в опора</li> <li>• Кълбо до стоеж</li> </ul>	<p>Изпълнява коляннo-опорна везна.  Изпълнява различни видове обръщания в опора – от опора до лява/дясна странична опора, от опора до тилна опора и обратно и др.  Изпълнява кълбо до стоеж от изходно положение клек и стоеж.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• везна</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Връзка от кълбо и стоеж с повдигнат свит крак</li> </ul> <p><b>Упражнения на висилка и/или гимнастическа стена</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хватове – видове</li> <li>• Висове – видове</li> <li>• Махове във вис</li> </ul> <p><b>Упражнения на ниска греда и/или гимнастическа пейка</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Видове седежи</li> <li>• Видове стоежи</li> <li>• Придвижване с ходене в различни посоки</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Упражнения от изучаваните технически елементи</p>	<p>Изпълнява във връзка кълбо и стоеж с повдигнат ляв/десен свит крак (напред, встрани).</p> <p>Разпознава и изпълнява различни видове хватове – надхват, подхват, смесен хват, кръстосан хват и др.</p> <p>Изпълнява различни висови упражнения – вис, тилен вис, придвижване във вис, махове във вис – страничен мах, предмах, задмах.</p> <p>Разпознава и изпълнява различни видове седежи в напречно и надлъжно положение на уреда – седеж, свит седеж, опорен седеж, свит опорен седеж, свит опорен равновесен седеж, свит равновесен седеж, опорен равновесен седеж, равновесен седеж.</p> <p>Разпознава и изпълнява различни видове стоежи на уреда – стоеж, надлъжен стоеж, напречно разкрячен стоеж, надлъжно разкрячен стоеж, стоеж с повдигнат ляв/десен свит крак, стоеж с повдигнат ляв/десен крак – напред, встрани.</p> <p>Изпълнява ходене в посока напред, назад, встрани.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• хват</li> <li>• вис</li> <li>• предмах</li> <li>• задмах</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• свит седеж</li> <li>• опорен седеж</li> <li>• равновесен седеж</li> <li>• напречно положение</li> <li>• надлъжно положение</li> </ul>
<p><b>Народни хора и танци</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Самоковско хоро”</li> <li>• „Седенчица”</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Танцови елементи и комбинацииот стъпки от изучаваните хора</p>	<p>Познава и изпълнява танцови стъпки и отделни танцови движения в равноделни и неравноделни музикални размери и споделя танцов опит в музикални игри. Описва, разпознава и изпълнява „Самоковско хоро” и „Седенчица”.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Самоковско хоро”</li> <li>• „Седенчица”</li> </ul>
<p><b>Спортни игри</b> <b>Отборни спортове</b> <b>Футбол</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Стартиране, бягане, бягане с промяна на посоката на движение, спиране, обръщане с топка и без топка</li> <li>• Водене на топката</li> <li>• Овлабяване и подаване на топката на</li> </ul>	<p>Познава и изпълнява стартиране, бягане, бягане с промяна на посоката на движение, спиране, обръщане с топка и без топка, специфични за футболната игра.</p> <p>Познава и изпълнява водене на топката с удобен и неудобен крак по права линия и с промяна на посоката и скоростта на придвижване.</p> <p>Познава и изпълнява овлабяване и подаване на топката с вътрешната част на ходилото.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• овлабяване на топка</li> <li>• придвижване</li> <li>• взаимодействие</li> <li>• полеви играч</li> <li>• вратар</li> <li>• гол</li> </ul>

<p>място и в движение с вътрешната част на ходилото</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Игрови форми 1x1; 2x2; 2x2+вратар (Футбол 3)</li> <li>Правилознание</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Специфични за футболната игра елементи</p>	<p>Използва и прилага изучените специфични за футболната игра елементи и действия в щафетни и спортно-подготвителни игри и в специфични игрови форми 1x1; 2x2 и 2x2+вратар.</p> <p>Описва и разпознава основни правила изясняващи броя и действията на играчите, начало на играта и отбелязване на гол.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>начален удар (център)</li> <li>удар от вратата (аут)</li> <li>честна игра</li> </ul>
<p><b>Хандбал</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Технически похвати без топка: бягане, стартиране, скачане, приземяване, спиране, обръщане, залъгващи движения</li> <li>Стрелба</li> <li>Ловене на полувисока топка и подаване с една ръка над рамо</li> <li>Водене на топката</li> <li>Правилознание</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Специфични за хандбалната игра елементи</p>	<p>Познава и изпълнява бягане, стартиране, скачане, приземяване, спиране, обръщане, залъгващи движения, специфични за хандбалната игра.</p> <p>Познава и изпълнява стрелба, ловене на полувисока топка и подаване с една ръка над рамо, водене на топката.</p> <p>Използва и прилага изучените специфични за хандбалната игра елементи и действия в щафетни и спортно-подготвителни игри и в специфични игрови форми.</p> <p>Описва и разпознава основни правила изясняващи броя и действията на играчите, начало на играта и отбелязване на гол.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>бягане</li> <li>стартиране</li> <li>скачане</li> <li>обръщане</li> <li>залъгващи движения</li> <li>полувисока топка</li> <li>подаване с една ръка над рамо</li> <li>правилознание</li> </ul>
<p><b>Баскетбол</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Основен стоеж, бягане с промяна на посоката и ритъма, еднотактово спиране, обръщане</li> <li>Водене на топката – нисък и висок дрибъл</li> <li>Ловене и подаване по въздуха и с удар от пода</li> <li>Стрелба в коша от място</li> <li>Правилознание: запознаване с основните правила за придвижване с топка – дрибъл.</li> </ul>	<p>Познава и изпълнява основен стоеж, бягане с промяна на посоката и ритъма, еднотактово спиране, обръщане специфични за баскетболната игра.</p> <p>Познава и изпълнява водене на топката с удобна и неудобна ръка при нисък и висок дрибъл.</p> <p>Познава и изпълнява ловене и подаване по въздуха и с удар от пода.</p> <p>Познава и изпълнява стрелба в коша от място.</p> <p>Използва и прилага изучените специфични за баскетболната игра елементи и действия в щафетни и спортно-подготвителни игри и в специфични игрови форми.</p> <p>Описва и разпознава основните правила изясняващи придвижване с топка – дрибъл.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>основен стоеж</li> <li>еднотактово спиране</li> <li>нисък дрибъл</li> <li>висок дрибъл</li> <li>стрелба</li> </ul>

<p><b>Дейности за АФВ:</b> Специфични за баскетболната игра елементи</p>	<p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p><b>ИЗБИРАЕМИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ</b></p>		
<p><b>Плуване, водни спортове</b> <b>Плуване</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Движения с ръцете и краката за придвижване във водна среда по гръб</li> </ul> <p><b>Безопасност във водна среда</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Флагова сигнализация</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Адаптиране към водна среда. Дишане и издишане във водна среда.</p>	<p>Познава и изпълнява движения с ръцете и краката за придвижване по гръб във водна среда с неподвижна, подвижна и без опора.</p> <p>Познава значението на флаговата сигнализация.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p><b>Туризм, ориентиране, зимни спортове</b> <b>Пешеходен туризм</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ориентиране сред природата</li> <li>• Закалителни процедури</li> <li>• Определяне на разстояние без уреди</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Придвижване, закалителни процедури, ориентиране сред природата</p>	<p>Познава и изпълнява придвижване по разнообразен терен. Подбира с помощ лична екипировка и хранителни продукти. Описва опасности, свързани с неравности на релефа на терена, и предлага възможности за превенция. Прилага закалителни процедури и етично поведение в планината. Прилага ориентиране по познати признаци и предмети и се движи по предварително зададени географски посоки. Познава и участва в игри в планината и при зимни условия.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• закалителни процедури</li> <li>• разстояние</li> <li>• уреди</li> </ul>
<p><b>Ракетни спортове</b> <b>Бадминтон</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дланов удар (форхенд)</li> <li>• Хват</li> </ul> <p><b>Тенис на маса</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хват</li> <li>• Дланни удари</li> </ul>	<p>Познава и изпълнява позиция, удари от бадминтона. Разпознава и изпълнява удари от бадминтона (форхенд и бекхенд). Прилага разучените умения в условията на играта.</p> <p>Познава и изпълнява удари (форхенд) смяна на посоката и скоростта на придвижване. Познава и прилага придвижвания и разиграване с ракета. Разпознава основни правила.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• дясно поле</li> <li>• ляво поле</li> <li>• дланов удар (форхенд)</li> <li>• хват</li> <li>• дланни удари</li> </ul>

<p><b>Тенис</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дланов удар</li> <li>• Стойка и придвижване</li> <li>• Позиция „готовност“</li> </ul> <p><b>Дейности за АФВ:</b> Придвижвания, основни хватове и упражнения свързани с ракетните спортове</p>	<p>Използва и прилага ударите от тениса (форхенд ) в щафетни и спортно-подготвителни игри.</p> <p>Описва и разпознава основни правила и действията на играчите за начало на играта, връщане на сервиса и действия в защита.</p> <p>Изпълнява двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
--	--	--

### ПРЕПОРЪЧИТЕЛНО ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ЗАДЪЛЖИТЕЛНИТЕ УЧЕБНИ ЧАСОВЕ ЗА ГОДИНАТА

Годишният брой часове за изучаване на учебния предмет физическо възпитание и спорт в III 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	47%
За прилагане на изученото учебно съдържание в игровата дейност	31%
За развиване на двигателни качества	16%
За диагностика 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 изучаване, ЗР – задълбочено изучаване, 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, в които се включват и теоретични знания	50%
Диагностика на физическата дееспособност 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 и туристически състезания)	25%

Установяването и измерването на постигнатите резултати от обучението за овладяването на знания, двигателни умения и навици се оценяват по критерии, определени в началото на учебната година от учителя. Практическите изпитвания могат да се организират като индивидуални или като групови текущи изпитвания. Устните препитвания са индивидуални. Ученикът дава устни отговори на индивидуално поставени въпроси или задачи. Техническото изпълнение на двигателните действия и тяхното прилагане, количественият резултат при измеримите физически упражнения и теоретичните знания са задължителни елементи от оценката на учителя.

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 постижението за съответната двигателна дейност.

Не се оценяват учениците, 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.

## ДЕЙНОСТИ И МЕЖДУПРЕДМЕТНИ ВРЪЗКИ

<i>Ключови компетентности</i>	<i>Деятности и междупредметни връзки</i>
<b>1. Комуникация на роден език</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Стимулиране на мислене и реч по време на двигателната дейност.</li> <li>✓ Ползване на туристическа карта „Опознай родния край“.</li> </ul>
<b>2. Комуникация на чужди езици</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Използване на термини и понятия на чужд език.</li> </ul>
<b>3. Математическа компетентност и основни компетентности в природните науки и технологии</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Развиване на пространствено ориентиране и мислене.</li> <li>✓ Развиване на логическото мислене.</li> </ul>
<b>4. Дигитална компетентност</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Използване на ИКТ за онагледяване на учебно съдържание.</li> <li>✓ Използване на информационните технологии за търсене и намиране на необходимата информация, отнасяща се до спортни дейности.</li> </ul>
<b>5. Умения за учене</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Развиване на личностните качества внимание, воля и памет.</li> <li>✓ Търсене на информация по определен проблем.</li> </ul>
<b>6. Обществени и граждански компетенции</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Използване на двигателни дейности за общуване в класното многокултурното общество.</li> <li>✓ Изработване съвместно общи правила на игри и танци.</li> <li>✓ Зачитане на правата и задълженията в игри.</li> </ul>
<b>7. Инициативност и предприемачество</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Описване на типични професии, свързани със спорта.</li> </ul>
<b>8. Културни познания и творчески изяви</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Развиване на метроритмичен усет.</li> <li>✓ Двигателни импровизации.</li> <li>✓ Прилагане на елементи от музика и движение, ритъм и танци.</li> </ul>
<b>9. Умения за подкрепа на устойчивото развитие и за здравословен начин на живот и спорт</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Укрепване на здравето и на психо-физическото състояние.</li> <li>✓ Комплексно и хармонично развиване на двигателните качества.</li> <li>✓ Познаване на правила за опазване на личното здраве и здравето на другите.</li> <li>✓ Стимулиране на биологичната необходимост от двигателна активност и игри.</li> <li>✓ Подобряване на съпротивителните сили срещу вредните влияния на околната среда.</li> <li>✓ Включване на ученици със специални образователни потребности.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Разпознаване на опасностите в природната и учебната среда.</li><li>✓ Организиране и провеждане на спортни дейности.</li></ul>
--	---

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