

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

КРАТКО ПРЕДСТАВЯНЕ НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА

Обучението в IX клас има за цел поставяне основата на специална спортна образование. В обучението се включват специфични знания, двигателни умения и навици имащи връзка и с доброто здравно и функционално състояние на ученика. В обучението се включват допълнителни дейности и упражнения в подкрепа на здравното, функционалното и психическото състояние на ученика.

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

- разширяване на теоретичните знания за техниката и тактиката на изучаваните движения, за тяхното въздействие и приложна стойност, до правилознанието на вида спорт/спортна дисциплина;
- усъвършенстване и рационално изпълнение на техникотактическите умения и изграждане на специфичната за вида спорт двигателна работоспособност;
- постигане на единство между общата и специалната физическа подготовка в процеса на самоусъвършенстването и формирането на индивидуален стил на живот;
- формиране на критично отношение за положителното и отрицателното значение на нравствените черти на характера, изразяващи отношението на ученика към социалните задачи;

Учебното съдържание е диференцирано по пол съобразно 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 теоретически 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 СЪДЪЖАНИЕ	
Лека атлетика	<p>Прилага техника и тактика на бягане на къси и средни разстояния, на скок на дължина и на хвърляне.</p> <p>Притежава необходимото за възрастта равнище на физическа дееспособност.</p> <p>Прилага елементи на хвърляне с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.</p>
Гимнастика	<p>Съставя и изпълнява самостоятелно комбинации от гимнастически или акробатически упражнения.</p> <p>Изпълнява шопско и македонско хоро. Участва в творчески танцови комбинации.</p> <p>Изпълня упражнения и индивидуални комплекси и комбинации с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.</p>
Спортни игри	<p>Прилага спортно-технически упражнения и ефективна техника и тактика на един от спортовете (баскетбол, волейбол, футбол, хандбал) и участва в групови или в отборни тактически действия в нападение и защита.</p>

	<p>Прилага елементи на техника и тактиката в една от спортните игри с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.</p>
ИЗБИРАЕМИ ОБЛАСТИ НА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ	
Плуване, водни спортове	<p>Прилага техника и тактика на един стил от плуването. Прилага техника и тактика на един от водните спортове. Владее водноспасителен минимум.</p> <p>Прилага упражнения и комбинации във водна среда с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.</p>
Туризм, ориентиране зимни спортове	<p>Прилага планинска техника и тактика. Катерене. Ориентиране. Оказва помощ при планинско спасяване. Прилага алпийска ски техника и тактика. Сноуборд. Оказва помощ при планинско спасяване. Подбира и участва с подходящи мерки за опазване на природната среда.</p> <p>Прилага елементи от планинската техника и тактика с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.</p>
Ракетни спортове	<p>Прилага техника и елементи от тактиката на бадминтон. Прилага техника и елементи от тактиката на тенис на маса. Прилага техника и елементи от тактиката на тенис.</p> <p>Прилага елементи от техника и тактиката на един от ракетните спортове с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.</p>
Фитнес, бойни спортове	<p>Притежава хармоничност на телосложението и демонстрира разностранна физическа работоспособност. Прилага техника на един спорт от групата на бойните спортове и</p>

на един стил от източните бойни изкуства.

Прилага елементи от техника и тактика на фитнес, един от бойните спортове с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.

Шахмат

Изпълнява комбинации в шахмат с отчитане на параметрите за годност за участие на лица с увреждания според медицинските класификации.

Изисква се овладяването на две 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 по физическо възпитание и спорт 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">• Техника и тактика на бягане на къси и средни разстояния- Скъсен и удължен нисък старт- Техника на бягане по разстоянието при средни разстояния	Използва рационално техниката на удължен и скъсен нисък старт и тактика на бягане на къси и средни разстояния. Познава правилника по лека атлетика.	<ul style="list-style-type: none">• Удължен нисък старт.• Скъсен нисък старт.• Бягане по завой.

<p>Скокове Скок на дължина</p> <ul style="list-style-type: none"> • Техника и тактика на скок на дължина начин „Дъга” - Ритъм и скорост на засилване - Отскок - Летежна фаза и махови движения на ръцете - Приземяване 	<p>Изпълнява рационално техника на засилване, отскок, летеж и приземяване при скок на дължина. Познава и прилага правилознание при скок на дължина. Дискутира проявлението на нравствените черти на характера на популярни български или световноизвестни атлети.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Скъсено засилване.
<p>Физическа дееспособност</p> <ul style="list-style-type: none"> • Функционално състояния и двигателни способности на организма 	<p>Притежава обща и специална физическа подготвеност съобразно вида спорт или спортна дисциплина. Постига ниво за състоянието на физическата дееспособност, измерено за съответната възраст и пол.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Специална физическа подготвеност.
<p>Гимнастика Акробатични упражнения</p> <ul style="list-style-type: none"> • Скок кълбо • Кръгомно премятане • Гимнастическо съчетание <p>Дейности за АФВ: Комплекси от упражнения</p>	<p>Изпълнява рационално техниката на скок кълбо и кръгомно премятане. Изпълнява комбинации от гимнастически и акробатични упражнения и съчетание от 4 задължителни и 2 волни осморки. Характеризира равномерното движение по окръжност, центростремителна сила и центростремително ускорение. Дискутира проявлението на нравствените черти на характера на популярни български или световноизвестни гимнастици (за самостоятелна работа).</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Скок кълбо. • Кръгомно премятане.
<p>Народни хора и танци</p> <ul style="list-style-type: none"> • „За пояс” – Шопско хоро • „Тръгнала Румяна” (Македонско хоро) • Народен танц/хоро, специфични за региона <p>Дейности за АФВ: Танцови движения и комбинации</p>	<p>Изпълнява шопско и македонско хоро. Изпълнява танцови комбинации и импровизации.</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Шопско хоро. • Македонско хоро.

<p>Спортни игри Отборни спортове Баскетбол</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически действия - Скрити подавания - Стрелба от далечно разстояние • Групови и отборни действия - Взаимодействия между двама и повече играчи - Заслон, контразаслон - Нападение с един център - Зонава защита - 2:3 • Правилознание <p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действия</p>	<p>Изпълнява рационално техниката на скрити подавания и стрелба от далечно разстояние. Прилага тактически действия в нападение и защита и обяснява тактика при нападение с център и зонава защита.</p> <p>Познава и прилага правилото за отбелязване на три точки. Дискутира проявлението на нравствените черти на характера на популярни български или световноизвестни баскетболисти. (за самостоятелна работа).</p> <p>Участва в ученически игри и състезания по пол и възраст (за допълнителна учебна работа).</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Стрелба от далечно разстояние. • Заслон. • Контразаслон. • Нападение с един център. • Зонава защита 2:3.
<p>Волейбол</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически действия - Горен лицев сервис - Тактически действия при начален удар - Защита в задното поле • Групови и отборни действия - Подсигуряване при пусната топка - Системи за игра в защита - Тактически действия в нападение • Правилознание <p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действия</p>	<p>Изпълнява рационално техниката на горен лицев сервис. Прилага тактически действия в нападение и защита и обяснява тактика на нападение.</p> <p>Дискутира проявлението на нравствените черти на характера на популярни български или световноизвестни волейболисти (за самостоятелна работа).</p> <p>Участва в ученически игри и състезания по пол и възраст (за допълнителна учебна работа).</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания. Участва в ученически игри за ученици със СОП (за допълнителна учебна работа).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Подсигуряване • Игра при мрежата. • Системи за игра в защита. • Горен лицев сервис.
<p>Футбол</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически 	<p>Изпълнява рационално удар от въздуха с крак.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Удар от въздуха с крак.

<p>действия</p> <ul style="list-style-type: none"> - Удар по топката от въздуха с крак - Освобождаване от защитник - Освобождаване на пространство за съотборник - Освобождаване от защитник с всички възможни позволени движения и от дълбочина • Групови и отборни действия - Контраатака • Игри - 10+1/10+1 при системи на игра 4-3-3, 4-5-1, 4-4-2 • Правилознание <p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действия</p>	<p>Прилага рационално индивидуални техникотактически действия в отборни взаимодействия в нападение и в защита. Дискутира проявлението на нравствените черти на характера на популярни български или световноизвестни футболисти (за самостоятелна работа). Познава и прилага правила за засада. Участва в ученически игри и състезания по пол и възраст (за допълнителна работа).</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания. Участва в ученически игри за ученици със СОП (за допълнителна учебна работа).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Защита. • Контраатака.
<p>Хандбал</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически действия - Стрелба под рамо (хълбочно хвърляне) - Стрелба с наклон към свободната ръка - Залъгващи движения при подаване и стрелба • Групови и отборни действия - Заслон – поставяне и излизане - Противодействие срещу заслон - Разширена контраатака (РКА) - Динамично покритие - Позиционно нападение - 2:4 - Зонова защита - 3:2:1 • Правилознание 	<p>Изпълнява рационално индивидуални спортно-технически умения за хълбочен удар, финт с и без топка. Прилага отборни тактически действия в нападение и защита и обяснява техника на заслон, тактика на постепенно нападение, зонова защита. Дискутира проявлението на нравствените черти на характера на популярни български или световноизвестни хандбалисти (за самостоятелна работа). Участва в ученически игри и състезания по пол и възраст (за допълнителна учебна работа).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Стрелба под рамо. • Заслон. • РКА. • Позиционно нападение 2:4. • Зонова защита 3:2:1.

<p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действия</p>	<p>Извършва 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"> • Техника на стил бъртерфлай/делфин - Координация при стил бъртерфлай/делфин <p>Дейности за АФВ: Плуване по разстоянието с помощни средства</p>	<p>Изпълнява рационално техниката на стартиране, обикновено обръщане и плуване по разстоянието. Познава правилник по плуване. Дискутира факти и събития по предварително зададени критерии от европейски първенства или проявлението на положителните и отрицателните нравствени черти на спортиста (за самостоятелна работа).</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Скулово гребане.
<p>Гребане</p> <ul style="list-style-type: none"> • Распашно гребане в основни лодки • Скулово гребане в многоместни лодки <p>Тактическата подготовка</p>	<p>Изпълнява рационално техника на распашно и скулово гребане. Прилага тактика на распашни и скулови гребане.</p>	
<p>Водноспасителен минимум и оказване на помощ във водна среда</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спасителни средства - спасителна топка с въже/торбичка с въже • Оказване на помощ чрез ходене и чрез плуване във вода • Първа помощ при даване и удавяне <p>Дейности за АФВ: Спасителни средства или оказване на помощ.</p>	<p>Познава и използва спасителните средства - хвърля спасителна топка с въже/торбичка с въже. Прилага техника на ходене или на плуване за достигане на пострадад и подава плаващ предмет. Прилага правила и техники за възстановяване на дишането.</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Плаващ предмет. • Торбичка с въже. • Изкуствено дишане.

<p>Туризм, ориентиране, зимни спортове Туризм</p> <ul style="list-style-type: none"> • Туристически поход • Техника и тактика на катерене на изкуствена катерачна стена • Планинско спасяване • Спазва правила за опазване на природата <p>Дейности за АФВ: Опазване на околната среда</p>	<p>Разработва маршрут и график на движение. Прилага техники за придвижване по определен маршрут.</p> <p>Използва основни способности за първа помощ при открити рани. Разработва маршрут на катерене и прилага техника и тактика на катерене. Прилага правила за опазване на природата от горива, разтворители и продукти от бита.</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • План и график на маршрут.
<p>Ориентиране</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ориентиране с туристическа карта в планината 	<p>Използва компас и умения за ориентиране в планински условия с помощта на едромашабните карти на българските планини.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Едромашабна карта.
<p>Ски</p> <ul style="list-style-type: none"> • Алпийска ски - техника - завой в ансамбъл <p>Сноуборд</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ниво основно обучение: носене, падане, изправяне, скейтинг, изкачване, право спускане, видове стойки и спиране - Свличане по диагонал - Основен завой с ротация - Завой с високо облекчаване 	<p>Изпълнява рационално техниката клас В1 - завой в поток, колона, редица.</p> <p>Изпълнява елементите от техниката на сноуборд – ниво основно обучение. Познава правила и изисквания за каране в урбанизирани ски условия и територии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Сноуборд. • Скейтинг.
<p>Дейности за АФВ: Ниво основно обучение</p>	<p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	

<p>Ракетни спортове Бадминтон</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически действия - Къси удари на мрежата от форхенд и бекхенд - Изтегляне от долу под кръста от средата на корта (форхенд/бекхенд) - защита - Смач (забиване) по права - Къс сервис от бекхенд - двойки • Игри по двойки <p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действия</p>	<p>Изпълнява рационално техниката и прилага индивидуален техникотактически стил.</p> <p>Дискутира факти и събития по предварително зададени критерии от европейски първенства или проявлението на положителните и отрицателните нравствени черти на спортиста (за самостоятелна работа).</p> <p>Участва в ученически игри и състезания по пол и възраст. Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания. Участва в ученически игри за ученици със СОП (за допълнителна учебна работа).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Къс удар от форхенд. • Изтегляне от долу под кръста. • Къс сервис от бекхенд.
<p>Тенис на маса</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически действия - Дланни и обратни подложки - Дланни и обратни сечени удари - Дланни и обратни удари с ляво и дясно странично въртене - Пуснати къси топки с дланен и обратен удар - Дланни и обратни изтеглени удари (флип) - Тактически комбинации след изпълнение на промеждутъчен удар <p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действия</p>	<p>Изпълнява рационално техниката на дланни и обратни промеждутъчни удари и прилага индивидуален техникотактически стил.</p> <p>Дискутира факти и събития по предварително зададени критерии от европейски първенства или проявлението на положителните и отрицателните нравствени черти на спортиста (за самостоятелна работа).</p> <p>Участва в ученически игри и състезания по пол и възраст. Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания. Участва в ученически игри за ученици със СОП (за допълнителна учебна работа).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Подложка. • Странично въртене. • Флип. • Промеждутъчен удар.

<p>Тенис</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуални техникотактически действия - Къса топка - Специфични удари – деми воле, стоп воле - Изпълнение на сервис в цел <p>Дейности за АФВ: Индивидуални или групови техникотактически действа</p>	<p>Изпълнява рационално техниката на предвидените за изучаване специфични удари и прилага индивидуален техникотактически стил.</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Къса топка. • Деми воле. • Стоп воле.
<p>Фитнес, бойни спортове</p> <p>Фитнес</p> <ul style="list-style-type: none"> - Здраве и фитнес - Хармоничност на телосложението - Хранене, хранителен режим и хранителни добавки - Допинг <p>Дейности за АФВ: Упражнения за мускулна маса</p>	<p>Използва специфични упражнения за хармонично развитие на мускулатурата. Използва правила за хранене и обяснява хранителен режим. Познава съдържанието на енергийни напитки и храни, които съдържат въглехидрати и белтъчини и Дискутира тяхното въздействие върху организма. Определя гледна точка за употребата на допинг и формира критично отношение по обсъждания проблем (за самостоятелна работа).</p> <p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>Борба/</p> <ul style="list-style-type: none"> • Техника от стойка - Събаряне с кука: вътрешна, външна • Хвърляния - поясно • Техника в партер - „Опаковка” • Учебна схватка <p>Джудо</p> <ul style="list-style-type: none"> • Хвърляне през рамо - сеои–наге - Йоко гери - Позиции – „Соги” 	<p>Изпълнява и прилага технически умения на основни хватки в стойка и в партер.</p> <p>Изпълнява техники от джудо.</p> <p>Дискутира факти и събития по предварително зададени критерии от европейски първенства или проявлението на положителните и отрицателните нравствени черти на спортиста (за самостоятелна работа).</p> <p>Участва в демонстративни прояви и състезания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Поясно хвърляне. • Опаковка. • Соги. • Ап соги. • Сеои – наге. • Йоко гери. • Дит куби. • Ап куби.

<p>Карате-до^[1]_{SEP}</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кихон за 5 Кю • Ката - Хейан Йодан • Кумите - Джу ипон • Кумите до уширо гери <p>Таекуон-до Основни позиции (Кибон) Удари с ръце (Чураги) Прав удар (Апчурги)</p>	<p>Дискутира, изпълнява и прилага кихон, ката, кумите и кумите до удар с крак назад с въртене. Участва в демонстративни прояви и състезания (за допълнителна работа). Познава правилата и терминологията. Анализира социалния и емоционалния ефект на бойните умения за възпитаване на личността и за защита. Разбира бойните умения като средство за възпитаване на не насилие над другите.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Хейан Йодан. • Джу ипон. • Кибон. • Чураги. • Апчурги.
<p>Дейности за АФВ: Основни удари с крака и позиции</p>	<p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	
<p>Шахмат</p> <ul style="list-style-type: none"> • Критерии за оценка на позицията 	<p>Извършва двигателни действия съобразно индивидуалните възможности за участие на лица с увреждания.</p>	

ПРЕПОРЪЧИТЕЛНО ПРОЦЕНТНО РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА ЗАДЪЛЖИТЕЛНИТЕ УЧЕБНИ ЧАСОВЕ ЗА ГОДИНАТА

Годишен брой часове за изучаване на предмета в IX клас - 72 часа

- 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	33%
За прилагане на изученото учебно съдържание в игровата дейност	44%
За развиване на двигателни качества	17%
За контрол и оценка на физическата дееспособност	6%

СПЕЦИФИЧНИ МЕТОДИ И ФОРМИ ЗА ОЦЕНЯВАНЕ НА ПОСТИЖЕНИЯТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Не по-малко от три текущи оценки от практически изпитвания при спазване на последователността на етапите на обучението в двигателно-познавателната дейност за всеки учебен срок, в които се включват и теоретични знания	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%
Оценка от 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 контрол и оценка на физическата дееспособност на учениците. 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	✓ Обясняване техниката на движенията като подпомага образуването на двигателните навици.
2. Умения за общуване на чужди езици	✓ Познание 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	✓ Характеризиране равномерното движение по окръжност, центростремителна сила и центростремително ускорение.
4. Дигитална компетентност	✓ Използване на дигитални средства за представяне на факти и събития (видеопроектор, таблет, аудио/видео плеър).
5. Умения за учене	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Използване на обобщени предварително усвоени знания за тактически начини на действие - принципи на тактическо мислене в резултат на действия на противников играч или отбор. ✓ Смесово запаметяване на учебния материал чрез целенасочено групиране на физическите упражнения.
6. Социални и граждански компетентности	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ориентиране в различните цели на човешкия живот – лично щастие, удоволствие, полза и дълг към другите. ✓ Осъзнаване на важността и влиянието на груповата принадлежност за личностната идентичност и развитие.
7. Инициативност и предприемачество	✓ Избиране стратегии за успешно реализиране на предприемаческа идея.
8. Културна компетентност и умения за изразяване чрез творчество	✓ Културно самоизразяване и разбиране на собствената култура и чувство за идентичност.
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 психофизическото състояние. ✓ Оптимално развиване на двигателните качества. ✓ Стимулиране на биологичната необходимост от двигателна активност и игри. ✓ Подобряване на съпротивителните сили срещу вредните влияния на околната среда. ✓ Разпознаване на опасностите в природната и учебната среда. ✓ Използване на правила за здравословно и рационално хранене и хранителен режим. ✓ Дискутиране на факти и събития по предварително зададени

	<p>критерии от европейски първенства.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Дискутиране проявлението на положителните и отрицателните нравствени черти на спортиста (за самостоятелна работа).✓✓ Провеждане на вътрешноучилищни състезания.✓ Включване на ученици със специални образователни потребности.✓ Организиране и провеждане на спортни дейности.
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------