

**УЧЕБНО-ИЗПИТНА ПРОГРАМА
ЗА ПРОВЕРКА НА СПОСОБНОСТИТЕ
ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ
СЛЕД ЗАВЪРШЕН VII КЛАС**

I. Вид и времетраене на изпита

Изпитът за проверка на способностите е практически.

Изпитът се състои от два модула с обща продължителност до 3 астрономически часа.

Модул 1 е с продължителност до 2 астрономически часа.

Модул 2 е с продължителност до 1 астрономически час.

Между отделните модули и тестове е необходимо да се предвиди време за функционално възстановяване на ученика след физическо натоварване. Времето за възстановяване между отделните модули и тестове е не по-малко от 10 мин. и не-повече от 20 мин. Времето за възстановяване се включва в продължителността на изпита.

II. Формат на изпита

Първият модул съдържа тестове за проверка на технико-тактическите умения по вид спорт.

Максимален брой точки – 30.

Вторият модул съдържа тестове за проверка на двигателните способности.

Максимален брой точки – 20.

III. Учебно съдържание

Тестовите за проверка на технико-тактическите умения се разработват от учителя по физическо възпитание и спорт и включват, следните теми:

Спортна гимнастика - земя за момичета и момчета.

Баскетбол за момичета и момчета.

Волейбол за момичета и момчета.

Футбол за момчета.

Хандбал за момичета и момчета.

Тестове за проверка на двигателните способности включват:

Бягане на къси разстояния - 50 м за момичета и момчета.

Бягане на средни разстояния - 300 м за момичета и 600 м за момчета.

Скок на дължина от място с два крака за момичета и момчета.

Изправяне от тилен лег до седеж за момичета.

Хвърляне на плътна топка 3 кг с две ръце над глава за момчета.

IV. Оценявани компетентности

Обект на оценяването е измерване на степента на постигнатите компетентности на учениците, придобити в резултат на обучението в задължителната подготовка по учебната програма за VII клас.

Показателите за оценяване на технико-тактическите умения се разработват от учителя по физическо възпитание и спорт.

Двигателните (кондиционните) способности се оценяват по нормативите за оценка на двигателните способности са поместени в Указание по физкултура (спорт) на МОН за учебната 1995/1996 г. – Приложение № 1.

Системата за оценяване включва:

Оценка на технико-тактическите умения с максимален брой 30 точки. Тестовите за двигателните способности включват 4 теста за кондиция с максимален брой 20 точки.

Максималният брой точки за всеки отделен тест е 5 точки. Оценяването е по точкова система с максимален брой 50 точки. Постигнатият брой точки се преобразува съответно към оценки (6, 5, 4, 3, 2).

Преобразуването на общия брой точки е както следва:

Под	11 точки	–	слаб 2;
От	11 до 20 точки	–	среден 3;
От	21 до 30 точки	–	добър 4;
От	31 до 40 точки	–	мн. добър 5;
От	41 до 50 вкл.	–	отличен 6.

Не се допуска до изпита ученик, явил се без спортно облекло