

**УЧЕБНО-ИЗПИТНА ПРОГРАМА  
ЗА ПРОВЕРКА НА СПОСОБНОСТИТЕ  
ПО ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ И СПОРТ  
СЛЕД ЗАВЪРШЕН ПЪРВИ ГИМНАЗИАЛЕН ЕТАП**

**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 оценка на физическата дееспособност.

Максимален брой точки - 20.

**III. Учебно съдържание**

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

Гимнастика - аеробика, каланетика, акробатични упражнения, 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.

Тестовете за оценка на физическата дееспособност включват:

Бягане на къси разстояния - 30 м.

Бягане на 200 м (совалково бягане).

Скок на дължина от място с два крака.

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

T-тест.

#### **IV. Оценявани компетентности**

Обект на оценяването е измерване на степента на постигнатите компетентности на учениците, придобити в резултат на обучението в задължителните учебни часове, и са насочени към измерване на степента на постигане на придобитите компетентности, определени в държавния образователен стандарт за общообразователна подготовка за съответния етап.

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

Двигателните способности се оценяват по Системата за оценка на физическата дееспособност на учениците от I – XII клас, утвърдена със Заповед № 1588/20.06.2019 г. на министъра на образованието и науката.

Системата за оценяване включва:

Оценка на технико-тактическите умения с максимален брой 30 точки. Оценка на физическата дееспособност с максимален брой 20 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.