

Приложение № 8 към чл. 4, т. 8 чл. 4, т. 8 ДЪРЖАВНИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ИЗИСКВАНИЯ ЗА УЧЕБНО СЪДЪРЖАНИЕ

Културно-образователна област: Физическа култура и спорт

Учебни предмети: физическо възпитание и спорт

Обща характеристика на културно-образователната област

Културно-образователната област "Физическа култура и спорт" е неразделна част от системата на общообразователната подготовка във всички етапи и степени на средното общообразователно училище. Осигуряването чрез нея знания, умения и отношения формират физическата и спортната култура като важен компонент на общата култура на учениците, развиват и поддържат физическата им дееспособност, подготвят ги за активен, здравословен начин на живот, системно спортуване и след завършване на средното образование.

Подготовката по учебния предмет физическо възпитание и спорт се основава на принципите за разнообразие на спортно-техническите и тактическите знания и умения, разностранност и хармоничност в развитието на морфосоматичните качества и двигателните способности.

В съвременните условия на урбанизация физическата култура и спортът противодействат на хиподинамията, нервно-психическото напрежение и стреса, осигурявайки психическа отмора и развлечение.

Цели на образователната подготовка

Общообразователната подготовка се осъществява чрез усвояването на основно и допълнително учебно съдържание. Основните области (ядра) на учебното съдържание са: лека атлетика, гимнастика и спортни игри.

Допълнителни ядра: водни спортове, туризъм, танци, бойни спортове, фитнес и бодибилдинг.

Разработените стандарти са валидни и при включването на други допълнителни ядра (спортове) като учебно съдържание.

Допълнителните ядра се подбират в зависимост от целите на различните образователни степени и етапи и зависят от материално-техническата база, природните дадености и традициите на региона.

Основна образователна степен - начален етап

Целта е постигане на начална спортна грамотност и физическа дееспособност. Изисква се усвояване съдържанието на трите основни и най-малко едно от допълнителните ядра на учебното съдържание.

Основна образователна степен - прогимназиален етап

Целта е постигане на общоспортна образованост и общофизическа подготвеност. Изисква се овладяване съдържанието на трите основни и най-малко едно от допълнителните ядра на учебното съдържание.

В спортните училища целта е постигане на специализирана спортно-състезателна подготвеност по един вид спорт (спортна дисциплина).

Средна образователна степен - първо равнище

Целта е постигане на спортна образованост и специална физическа подготвеност. Изисква се овладяване съдържанието на едно от основните ядра и най-малко на едно от допълнителните ядра на учебното съдържание.

Средна образователна степен - второ равнище (първо ниво)

Целта е постигане на специализирана спортно-състезателна подготвеност по един вид спорт (спортна дисциплина).

Профил спорт - второ равнище (второ ниво)

Целта е постигане на теоретико-методическа и специализирана спортно-състезателна подготвеност.

Физическо възпитание и спорт
Степен на образование: Основна
Етап: Начален

Ядра на учебно съдържание на Знания, умения, отношения (в края на IV кл.)
В резултат на обучението по физическо възпитание и спорт в края на началния етап на основната образователна степен ученикът:

Лека атлетика Владее основни умения за бягане, скачане, хвърляне и ги прилага в съревнователни условия и игри
Притежава необходимото равнище на физическа дееспособност

Гимнастика Владее приложни двигателни умения
Изпълнява поотделно и във връзка упражнения от основната и спортната гимнастика

Спортни игри Владее основните технически действия с топка: водене, подаване, ловене (спиране), стрелба, удар от подвижните, спортно-подготвителните и една от спортните игри (баскетбол, хандбал, волейбол, футбол)
Осъществява индивидуални тактически действия и групови взаимодействия

Допълнителни ядра на учебно съдържание Стандарти (знания, умения, отношения)
В резултат на обучението ученикът:

Водни спортове Демонстрира приложни умения от един плувен стил

Туризъм Придвижва се в група по равнинен или планински терен, ориентира се в местността

Танци Изпълнява танци и хора съобразно българската традиция

Степен на образование: Основна Етап: Прогимназиален

Ядра на учебно съдържание Знания, умения, отношения (в края на VIII кл.)

В резултат на обучението по физическо възпитание и спорт в края на прогимназиалния етап на основната образователна степен ученикът:

Лека атлетика Владее основите на техниката на бягането на къси, средни разстояния и щафета, скока на дължина и височина, както и техниката на хвърляне или тласкане

Притежава необходимото равнище на физическа дееспособност

Гимнастика Изпълнява самостоятелно и в група, поотделно и в съчетание упражнения от основната, спортната или художествената гимнастика

Съставя съчетания от изучените упражнения

Спортни игри Владее техниката на игра с топка: водене, подаване, ловене (спиране), стрелба, удар от спортните игри (баскетбол, хандбал, волейбол, футбол)

Осъществява тактически действия в нападения и защита

Допълнителни ядра на учебно съдържание Стандарти (знания, умения, отношения)

В резултат на обучението ученикът:

Водни спортове Владее основите на техниката на един плувен стил

Туризъм Притежава умения за пребиваване (бивакуване) в планината и се ориентира в непозната местност с компас и топографска карта

Притежава умения от основната алпийска ски-техника или техника на ски-бягане

Танци Интерпретира хора и танци в творчески танцови комбинации

Бойни спортове Владее основни елементи от техниката в един от бойните спортове

Притежава необходимата физическа подготовка

Избран вид спорт Прилага технически и тактически действия в състезания

Притежава специална физическа подготовка

Степен на образование: Средна Етап: Гимназиален Средна степен-първо равнище

Ядра на учебно съдържание Знания, умения, отношения (в края на XII кл.)

В резултат на обучението по физическо възпитание и спорт в края на гимназиалния етап на средната образователна степен ученикът:

Лека атлетика

Владее спортната техника на бягането (къси, средни разстояния и щафета), скок (дължина и височина) и техниката на една дисциплина от хвърлянията

Притежава необходимото равнище на физическа дееспособност

Гимнастика

Съставя и изпълнява съчетания от спортната или художествената гимнастика

Спортни игри

Владее ефективна техника в една от спортните игри (баскетбол, хандбал, волейбол, футбол) и участва в отборни тактически действия

Допълнителни ядра на учебно съдържание Стандарти (знания, умения, отношения)

В резултат на обучението ученикът:

Водни спортове

Владее техниката на един от водните спортове

Туризм

Владее техниката в един от спортовете, свързани с туризма, ориентирането и ските

Бойни спортове

Владее техниката на един от бойните спортове и използва разнообразни тактически действия

Фитнес и
бодибилдинг

Поддържа хармоничност на телосложението и демонстрира
разностранна физическа дееспособност

Средна степен-второ равнище (първо ниво)

Ядра на учебно
съдържание

Стандарти (знания, умения, отношения)

В резултат на обучението ученикът:

Избран вид спорт

Прилага технически и тактически действия в състезания

Притежава специална физическа подготвеност

Умее да съдийства

Профил спорт-второ равнище (второ ниво)

Ядра на учебно
съдържание

Стандарти (знания, умения, отношения)

В резултат на обучението ученикът:

Избран вид спорт

Прилага технически и тактически действия в състезания

Притежава специална физическа подготвеност

Умее да съдийства

Основи
физическата
подготовка

на

Познава принципите, методите, средствата и формите на
спортната тренировка

Познава средствата и методите за развиване на силовите,
скоростните способности и способностите за издръжливост

Основи
техническата
подготовка

на

Разбира същността и значението на спортно-техническата
подготовка

Основи
тактическата
подготовка

на

Разбира същността и значението на спортно-тактическата
подготовка

Периодизация на спортната подготовка	Познава структурата на многогодишната спортна подготовка Разбира особеностите на едногодишния тренировъчен процес
--------------------------------------	--

Контрол и оценка на спортната подготвеност	Познава средства и методи за контрол и оценка на физическата подготвеност Разбира критериите за оценка на технико-тактическата подготвеност при различните видове спорт
--	--

История на олимпийското движение	Знае принципите и идеалите на олимпизма
----------------------------------	---
