

УЧЕБНА ПРОГРАМА ПО СПОРТНА ПОДГОТОВКА ЗА VIII КЛАС НА СПОРТНО УЧИЛИЩЕ

I. ОБЩО ПРЕДСТАВЯНЕ НА ПРОГРАМАТА

Учебното съдържание осигурява необходимите знания, умения и отношения за постигане на спортна подготвеност по вида спорт.

Годишният хорариум е 1056 часа.

Обучението е насочено към целенасочено развиване и поддържането на високо ниво на двигателните способности. Усвояването на спортно-техническите и тактическите умения се осъществява в условията на учебно-тренировъчен процес и участие в състезания.

Учебната програма обхваща тематично всички спортове в профила.

Междупредметната съгласуваност с другите изучавани предмети е насочена към задълбочаване на знанията, формиране на личностните качества на ученика.

Спортно-състезателната дейност възпитава в дух на спортсменство в съответствие с идеалите на олимпизма.

II. ЦЕЛИ НА ОБУЧЕНИЕТО

1. Постигането на високо ниво на спортно-техническата и тактическа подготовка по вида спорт.

2. Целенасочено развиване на двигателните качества в различните етапи на спортната подготовка.

3. Усвояване на знания по изучаваните спортни дисциплини и спортове и техните спортно-състезателни правилници.

4. Утвърждаване на здравословен и двигателноактивен начин на живот и изграждане на личностни качества.

5. Покриване нормативите на съответната спортна федерация и постигане на високи спортни резултати в състезания.

III. Очаквани резултати		IV. Учебно съдържание (теми, понятия, контекст и дейности, междупредметни връзки)			
Колона 1	Колона 2	Колона 3	Колона 4	Колона 5	Колона 6
Ядра на учебното съдържание	Очаквани резултати на ниво учебна програма	Очаквани резултати по теми	Основни нови понятия	Контекст и дейности	Възможности за между-предметни връзки
Основни ядра		Ученикът трябва да усвои:		На ученика трябва да се даде възможност да:	
Избран вид спорт	<p><u>Стандарт 1</u> Притежава специална физическа готовност.</p> <p>Очаквани резултати: 1. Постигане на необходимото ниво на кондиционни способности. 2. Постигане на необходимото ниво на координационни способности.</p>	<p><u>Тема 1</u> Целенасочено развиване на кондиционните способности в различните етапи на спортната подготовка</p> <p><u>Тема 2</u> Целенасочено развиване на координационните способности в съответствие с вида спорт.</p>	Сила, издръжливост, бързина, ловкост, гъвкавост, координация.	<ul style="list-style-type: none"> използва тестове за кондиционни и координационни способности; 	Музика, ритми, темпо. Химия Биология Здравно образование Здравно-хигиенни изисквания.
Избран вид спорт	<p><u>Стандарт 2</u> Прилага технически и тактически действия в тренировка и състезание.</p>	<p><u>Тема 3</u> Техника и тактика на земя: с уред; на уред; в съчетания.</p> <p><u>Тема 4</u> Техника и тактика на плуване в четирите стила, старт и обръщане.</p> <p><u>Тема 5</u> Техника и тактика на бягане по разстоянието, завой, старт и финиширане.</p>	Сила, издръжливост, бързина, ловкост, гъвкавост, координация.	<ul style="list-style-type: none"> реализира максимално придобитите технически действия в тренировъчния и състезателен процес; 	Музика, ритми, темпо. Химия Биология Здравно-образование Здравно-хигиенни изисквания. Физика, ускорение, скорост, динамична сила, парабола, съпротивление.

	<p><i>Очаквани резултати:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изпълнява съчетания от сп. гимнастика. 2. Изпълнява съчетания от худ. гимнастика. 3. Изпълнява съчетания от акробатика. 4. Владее основите на техниката и тактиката в четирите стила в плуването, старта и обръщането. 5. Владее технически и тактически умения от спортните игри. 6. Владее основите на техниката на бяганятия, скоковете, хвърлянията и тласкането. 7. Владее техниката на стрелба с различни оръжия. 8. Владее основите на техниката на гребните спортове. 9. Владее технически елементи от ски спортовете. 10. Владее технически умения от биатлона. 11. Владее технически умения от тенис, тенис на маса и бадминтона. 	<p><u>Тема 7</u> Техника и тактика на хвърлянията и тласкането.</p> <p><u>Тема 8</u> Техника и тактика в спортните игри, волейбол, баскетбол, футбол, хандбал.</p> <p><u>Тема 9</u> Техника и тактика на стрелбата с пушка и пистолет.</p> <p><u>Тема 10</u> Техника и тактика на гребането с едно и две гребла.</p> <p><u>Тема 11</u> Техника и тактика на схватките в единоборствата.</p> <p><u>Тема 12</u> Техника и тактика на ски бягането, ски спускането и слалома.</p> <p><u>Тема 13</u> Техника и тактика на стрелбата при биатлона.</p> <p><u>Тема 14</u> Техника и тактика на завоя и по дистанцията при ски спортовете.</p>	<p>Траектория, ъгъл на излитане на уреда.</p> <p>Техническа и тактическа терминология от спортните игри.</p> <p>Терминология от техниката и тактиката на гребането.</p> <p>Терминология от техниката и тактиката на единоборствените спортове.</p> <p>Скорост, интензивност, обем на натоварването</p>	
--	--	---	--	--

	<p><u>Стандарт 3</u> Познава правилата по съответния вид спорт.</p> <p><u>Очаквани резултати:</u> Прилага спортния правилник по вида спорт в състезания.</p>	<p><u>Тема 15</u> Техника и тактика на играта по двойки и индивидуално.</p> <p><u>Тема 16</u> Правилознания, състезателни правила по вид спорт, възраст и пол.</p> <p><u>Тема 17</u> Съдийски жестове, документация и символика.</p>	<p>Игра до мрежата</p> <p>Игра в нападение</p> <p>Игра в защита</p> <p>Отборна тактика</p> <p>Терминология на спортния правилник по съответния вид спорт.</p>	<ul style="list-style-type: none">• прилага в състезателна обстановка знанията по правилознание.	
--	--	--	---	--	--

V. СПЕЦИФИЧНИ МЕТОДИ И ФОРМИ ЗА ОЦЕНЯВАНЕ ПОСТИЖЕНИЯТА НА УЧЕНИКА ПО ПРЕДМЕТА

Знанията, кондиционните, координационните и спортно-техническите умения по предмета (спортна подготовка) се оценяват чрез система за оценяване на учениците, приета от МОН, изискванията на ММС и нормативите на съответната спортна федерация.